

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), masło 10 g (MLE ,), ser twarogowy 50 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL ,), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 150 g, ziemniaki gotowane 100 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), masło 10 g (MLE ,), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), masło 10 g (MLE ,), ser twarogowy 50 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL ,), kompot 200ml 200 g, leczo warzywne łatwostrawne 200 g (SEL ,), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), masło 10 g (MLE ,), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb bezglutenowy 60 g, ser twarogowy 50 g (MLE ,), masło 10 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 80 g, leczo warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL ,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (MLE ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczo warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL ,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL,), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 300 g (MLE, SEL,), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL,), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , masło 10 g (MLE,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), margaryna 10 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), ogórek kiszony 50 g , margaryna 10 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (SEL,), ryż brązowy 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), masło 10 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u> , _), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u> , _), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 40 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenno 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenno 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), masło 10 g (MLE ,), ser twarogowy 50 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL ,), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), masło 10 g (MLE ,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), masło 10 g (MLE ,), ser twarogowy 50 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL ,), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL ,), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU ,), chleb razowy 30 g (GLU ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), masło 10 g (MLE ,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,), chleb bezglutenowy 60 g , ser twarogowy 50 g (MLE ,), masło 10 g (MLE ,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,), ogórek kiszony 50 g , kompot 200ml 200 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE ,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , pasta z tuńczyka 100 g (GOR ,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL,), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 300 g (MLE, SEL,), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL,), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , masło 10 g (MLE,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), margaryna 10 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), ogórek kiszony 50 g , margaryna 10 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (SEL,), ryż brązowy 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), masło 10 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u> , _), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u> , _), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 40 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 150 g, ziemniaki gotowane 100 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 60 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 300 g (<u>MLE, SEL,</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL,</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 10 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 10 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 20 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL,</u>), ryż brązowy 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 10 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczyo warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 10 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 10 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , <u> </u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL , <u> </u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb bezglutenowy 60 g , ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , kompot 200ml 200 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (SEL,), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 300 g (MLE, SEL,), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL,), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , masło 10 g (MLE,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), margaryna 10 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 40 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), ogórek kiszony 50 g , margaryna 10 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE,), chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (SEL,), ryż brązowy 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 10 g (GLU,), chleb razowy 10 g (GLU,), pasta z tuńczyka 100 g (GOR,), masło 10 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u> , _), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u> , _), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 40 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 100 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g, szynka biała 80 g, wafle ryżowe 2szt 40 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g, szynka drobiowa z kurczaka 60 g, chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 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 rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u>), herbata 200 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g, mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u>), mus jabłkowy 300 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 150 g , leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , leczo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 60 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 100 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 10 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u> , _), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u> , _), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 40 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenney 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 150 g , leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , leczo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 60 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 80 g, leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 90 g, margaryna 10 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), margaryna 10 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 100 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 10 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , _), chleb baltonowski 30 g (GLU , _), chleb razowy 105 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), ser twarogowy 50 g (MLE , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , _), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL , _), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU , _), chleb razowy 105 g (GLU , _), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , _), masło 20 g (MLE , _), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 40 g (MLE , _), ser twarogowy 50 g (MLE , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 30 g (MLE , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU , JAJ , MLE , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 30 g (MLE , _), ser twarogowy 50 g (MLE , _), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , _), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL , _), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 30 g (MLE , _), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU , JAJ , MLE , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g, szynka biała 80 g, wafle ryżowe 2szt 40 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g, szynka drobiowa z kurczaka 60 g, chrupki kukurydziane 20 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 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 rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u>), herbata 200 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczyo warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1599.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 163.35 g; : 64.71 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 41.34 g; : 17.13 g; : 4.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1597.58 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 214.09 g; : 38.87 g; Tłuszcz: 58.16 g; : 30.05 g; : 20.41 g; : 4.52 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.38 kcal; Białko: 66.16 g; Węglowodany : 224.88 g; : 38.91 g; Tłuszcz: 50.19 g; : 24.64 g; : 20.95 g; : 4.74 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 75 g ,	chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.85 kcal; Białko: 57.82 g; Węglowodany : 137.19 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; : 49.74 g; : 17.73 g; : 4.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1348.07 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 165.64 g; : 44.42 g; Tłuszcz: 63.62 g; : 25.74 g; : 23.37 g; : 4.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , filet z kurczaka pieczony 150 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , <u> </u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1760.11 kcal; Białko: 115.54 g; Węglowodany : 172.94 g; : 65.19 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 31.73 g; : 16.61 g; : 5.51 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łatwostrawne 200 g (SEL , <u> </u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 30 g (GLU , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1650.17 kcal; Białko: 70.78 g; Węglowodany : 219.81 g; : 70.45 g; Tłuszcz: 65.69 g; : 29.92 g; : 21.57 g; : 5.33 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , <u> </u>), chleb bezglutenowy 60 g , ser twarogowy 50 g (MLE , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , kompot 200ml 200 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE , <u> </u>), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , <u> </u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.36 kcal; Białko: 75.98 g; Węglowodany : 187.74 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 68.68 g; : 25.22 g; : 20.64 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , margaryna 10 g , pasta z tuńczyka 100 g (GOR , <u> </u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1520.96 kcal; Białko: 71.67 g; Węglowodany : 199.81 g; : 47.9 g; Tłuszcz: 60.85 g; : 11.92 g; : 28.13 g; : 6.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1593.93 kcal; Białko: 70 g; Węglowodany : 243.54 g; : 39.11 g; Tłuszcz: 42.66 g; : 19.33 g; : 22.13 g; : 5.37 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 300 g (<u>MLE, SEL,</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 100 g (<u>SEL,</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1486.31 kcal; Białko: 40.81 g; Węglowodany : 190.45 g; : 66.07 g; Tłuszcz: 66.83 g; : 32.49 g; : 19.44 g; : 4.13 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 10 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.47 kcal; Białko: 66.56 g; Węglowodany : 198.14 g; : 49.65 g; Tłuszcz: 60.84 g; : 11.86 g; : 22.35 g; : 6.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 10 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 20 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 20 g ,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL,</u>), ryż brązowy 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 10 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 10 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1111.07 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 118.12 g; : 60.21 g; Tłuszcz: 56.91 g; : 23.79 g; : 12.1 g; : 3.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 80 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1016.6 kcal; Białko: 40.41 g; Węglowodany : 154.07 g; : 34.64 g; Tłuszcz: 30.15 g; : 15.39 g; : 16.58 g; : 3.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1015.31 kcal; Białko: 43.03 g; Węglowodany : 148.75 g; : 34.56 g; Tłuszcz: 31.1 g; : 15.63 g; : 16.21 g; : 3.38 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1089.6 kcal; Białko: 52.94 g; Węglowodany : 115.18 g; : 37 g; Tłuszcz: 56.27 g; : 22.57 g; : 14.45 g; : 3.96 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 80 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 80 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1063.65 kcal; Białko: 47.94 g; Węglowodany : 123.39 g; : 41.21 g; Tłuszcz: 52.67 g; : 20.23 g; : 18.25 g; : 3.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, filet z kurczaka pieczony 50 g, ziemniaki gotowane 30 g, gotowany burak 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1258.33 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 132.21 g; : 62.44 g; Tłuszcz: 55.46 g; : 20.59 g; : 11.84 g; : 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krem z pieczarek 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 50 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1211.21 kcal; Białko: 62.31 g; Węglowodany : 156.59 g; : 68.33 g; Tłuszcz: 47.74 g; : 18.62 g; : 16.77 g; : 4.69 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, kompot 200ml 200 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1116.15 kcal; Białko: 61.23 g; Węglowodany : 127.35 g; : 62.57 g; Tłuszcz: 49.67 g; : 18.07 g; : 13.3 g; : 4.21 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
margaryna 5 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 30 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 30 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 50 g, leczy warzywne z ciecierzycą 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1044.37 kcal; Białko: 54.35 g; Węglowodany : 126.72 g; : 46.12 g; Tłuszcz: 46.25 g; : 8.87 g; : 19.63 g; : 4.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1000.94 kcal; Białko: 41.7 g; Węglowodany : 165.28 g; : 34.96 g; Tłuszcz: 22.96 g; : 10.09 g; : 17.1 g; : 3.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 60 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 60 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 15 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 986.71 kcal; Białko: 30.49 g; Węglowodany : 142.25 g; : 61.39 g; Tłuszcz: 36.11 g; : 18.19 g; : 13.91 g; : 2.46 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), margaryna 5 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 80 g , leczy warzywne z ciecierzycą 80 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 20 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 5 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1084.74 kcal; Białko: 54.76 g; Węglowodany : 140.29 g; : 45.62 g; Tłuszcz: 44.01 g; : 8.64 g; : 17.15 g; : 5.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g , leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , margaryna 30 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , ryż 150 g , leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.17 kcal; Białko: 82.99 g; Węglowodany : 255.65 g; : 45.36 g; Tłuszcz: 107.82 g; : 51.72 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , leczyo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1622.94 kcal; Białko: 63.92 g; Węglowodany : 228.62 g; : 67.13 g; Tłuszcz: 58.95 g; : 23.56 g; : 23.5 g; : 5.98 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , leczyo warzywne łątwostrawne 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łątwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 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>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (MLE , _), chleb bezglutenowy 120 g , ser twarogowy 50 g (MLE , _), masło 20 g (MLE , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 60 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , _), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , _), pasta z tuńczyka 100 g (GOR , _), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g (MLE , _), chleb pszenney 120 g (GLU , _), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 120 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (MLE , _), chleb baltonowski 30 g (GLU , _), chleb razowy 105 g (GLU , _), masło 30 g (MLE , _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 100 g (MLE , _),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL , _), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL , _), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU , _), chleb razowy 105 g (GLU , _), ser topiony w kostce 50 g (MLE , _), sałata lodowa 20 g , masło 30 g (MLE , _),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , _), ogórek kiszony 50 g , ryż 150 g , leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , pasta z tuńczyka 100 g (GOR , _), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dyńia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 113.72 g; Węglowodany : 265.96 g; : 43.93 g; Tłuszcz: 99.62 g; : 21.27 g; : 21.85 g; : 7.65 g;

poniedziałek 2024-03-11 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 rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	koktajl mleczno bananowy 200 g (<u>MLE</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.63 kcal; Białko: 72.79 g; Węglowodany : 196.28 g; : 92.21 g; Tłuszcz: 45.28 g; : 13.18 g; : 18.89 g; : 2.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g (MLE ,_), chleb pszenny 120 g (GLU ,_), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,_), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU ,_), masło 20 g (MLE ,_), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (MLE ,_), chleb baltonowski 30 g (GLU ,_), chleb razowy 105 g (GLU ,_), masło 30 g (MLE ,_), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 100 g (MLE ,_),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (MLE , SEL ,_), leczko warzywne z ciecierzycą 120 g (SEL ,_), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU ,_), chleb razowy 105 g (GLU ,_), ser topiony w kostce 50 g (MLE ,_), sałata lodowa 20 g , masło 30 g (MLE ,_),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE ,_),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL,</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
masło 30 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , szynka biała 40 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2294.23 kcal; Białko: 122.56 g; Węglowodany : 247.52 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 98.39 g; : 37.8 g; : 20.19 g; : 7.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g ,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.87 kcal; Białko: 72.96 g; Węglowodany : 328.17 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 76.69 g; : 35.12 g; : 29.18 g; : 7.6 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, ryż 150 g, leczo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.57 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 271.97 g; : 67.69 g; Tłuszcz: 93.49 g; : 37.94 g; : 29.5 g; : 8.12 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 0 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g, szynka biała 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 50 g, margaryna 30 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko: 85.94 g; Węglowodany : 271.44 g; : 50.68 g; Tłuszcz: 97.97 g; : 20.53 g; : 27.81 g; : 8.9 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 50 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczo warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
margaryna 30 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, szynka biała 60 g, pomidor 50 g, chleb bezglutenowy 120 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), ogórek kiszony 50 g, ryż 150 g, leczyo warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 30 g, pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.17 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 254.89 g; : 49.67 g; Tłuszcz: 100.34 g; : 20.78 g; : 33.15 g; : 8.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, pomidor 20 g, szynka biała 60 g,	zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 292.77 g; : 68.06 g; Tłuszcz: 94.43 g; : 43.15 g; : 27.47 g; : 8.07 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 40 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.53 kcal; Białko: 78.1 g; Węglowodany : 277.43 g; : 37.85 g; Tłuszcz: 84.31 g; : 45.51 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 70 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.73 kcal; Białko: 78.03 g; Węglowodany : 277.36 g; : 37.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; : 40.04 g; : 23.65 g; : 6.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , pomidor 100 g , szynka biała 60 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), pasta z tuńczyka 100 g (<u>GOR</u>), ogórek kiszony 100 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.62 kcal; Białko: 82.85 g; Węglowodany : 250.52 g; : 40.25 g; Tłuszcz: 91.32 g; : 40.78 g; : 29.6 g; : 8.4 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u>), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 814.99 kcal; Białko: 26.69 g; Węglowodany : 154.35 g; : 107.22 g; Tłuszcz: 13.63 g; : 6.67 g; : 16.1 g; : 1.16 g;

poniedziałek 2024-03-11 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;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 0 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.57 kcal; Białko: 109.93 g; Węglowodany : 266.08 g; : 44.01 g; Tłuszcz: 99.41 g; : 35.52 g; : 21.85 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
Napój kakaowy 250 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pomidor 50 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), leczy warzywne z ciecierzycą 120 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , masło 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko: 67.59 g; Węglowodany : 280.74 g; : 70.75 g; Tłuszcz: 101.97 g; : 59.39 g; : 25.94 g; : 5.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Roczna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata masłowa 20 g, szynka biała 40 g,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, gotowany burak 100 g, kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), pasta z tuńczyka 50 g (<u>GOR,</u>), ogórek kiszony 50 g, masło 20 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: smoothie gruszkowe 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.16 kcal; Białko: 96.44 g; Węglowodany : 179.32 g; : 33.96 g; Tłuszcz: 88.69 g; : 35.72 g; : 16.59 g; : 5.76 g;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), salata masłowa 20 g, pomidor bs 50 g, szynka biała 80 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), leczy warzywne łatwostrawne 200 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g, pomidor bs 50 g, salata lodowa 20 g,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.84 kcal; Białko: 83.75 g; Węglowodany : 277.22 g; : 37.67 g; Tłuszcz: 61.37 g; : 29.59 g; : 23.65 g; : 7.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 200 g (SEL,), Makaron pełnoziarnisty 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 150 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12	Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
--------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL,), Makaron pełnoziarnisty 250 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g ,
--	---	--

II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 40 g (GLU,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12	Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
--------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
---	--	---

II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
--------------------------	--	--

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
---	--	---

II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g ; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g ; : 38.19 g ; : 38.47 g ; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g ; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g ; : 15.5 g ; : 33.04 g ; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g ; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g ; : 27.41 g ; : 23.58 g ; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g ; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g ; : 47.64 g ; : 34.75 g ; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 100 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		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 marchewkowa krem 400 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 100 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		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 marchewkowa krem 400 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE,</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL,</u>), ogórek kiszony 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), granola 40 g (<u>GLU,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE,</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL,</u>), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL,</u>), makaron 200 g (<u>GLU,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL,), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 150 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 20 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.22 kcal; Białko: 71.85 g; Węglowodany : 214.58 g; : 54.14 g; Tłuszcz: 115 g; : 41.35 g; : 26.83 g; : 7.11 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1540.42 kcal; Białko: 86.05 g; Węglowodany : 187.88 g; : 50.84 g; Tłuszcz: 54.34 g; : 23.35 g; : 23.61 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g (<u>SEL</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.28 kcal; Białko: 102.08 g; Węglowodany : 274.69 g; : 38.96 g; Tłuszcz: 80.73 g; : 20.38 g; : 23.36 g; : 8.07 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1341.54 kcal; Białko: 60.82 g; Węglowodany : 206.13 g; : 105.71 g; Tłuszcz: 34.92 g; : 11.88 g; : 22.07 g; : 3.1 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 10 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.86 kcal; Białko: 115.9 g; Węglowodany : 276.09 g; : 56.33 g; Tłuszcz: 79.5 g; : 37.41 g; : 28.47 g; : 8.85 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boliński wege) 200 g (<u>SEL</u>), makaron 200 g (<u>GLU</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.72 kcal; Białko: 47.23 g; Węglowodany : 353.9 g; : 77.48 g; Tłuszcz: 106.44 g; : 46.73 g; : 33.39 g; : 6.42 g;

wtorek 2024-03-12		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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron BG 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.59 kcal; Białko: 89.9 g; Węglowodany : 294.87 g; : 74.61 g; Tłuszcz: 84.36 g; : 38.19 g; : 38.47 g; : 7.99 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.58 kcal; Białko: 89.06 g; Węglowodany : 343.62 g; : 74.5 g; Tłuszcz: 70.71 g; : 15.5 g; : 33.04 g; : 6.48 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (boloński wege) 200 g (SEL), makaron 200 g (GLU),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), humus z pomidorami 50 g (SEL), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , salata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , ogórek kiszony 50 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.48 kcal; Białko: 85.7 g; Węglowodany : 311.26 g; : 71.35 g; Tłuszcz: 69.84 g; : 15.24 g; : 38.26 g; : 6.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), sos boloński 150 g (SEL,), makaron 150 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , szynka wieprzowa 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,), granola 20 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.73 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 304.5 g; : 50.23 g; Tłuszcz: 95.9 g; : 39.69 g; : 29.38 g; : 7.97 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.06 kcal; Białko: 102.39 g; Węglowodany : 273 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 76.76 g; : 36.28 g; : 27.72 g; : 7.67 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (<u>MLE</u>),	zupa marchewkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos boloński 200 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 250 g	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), humus z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczo 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), granola 40 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.47 kcal; Białko: 73.45 g; Węglowodany : 222.2 g; : 51.93 g; Tłuszcz: 99.92 g; : 39.79 g; : 27.26 g; : 6.94 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 200 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 880.52 kcal; Białko: 20.9 g; Węglowodany : 133.78 g; : 94.7 g; Tłuszcz: 33.1 g; : 13.52 g; : 18.95 g; : 2.92 g;

wtorek 2024-03-12		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 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.41 kcal; Białko: 97.67 g; Węglowodany : 271.91 g; : 54.67 g; Tłuszcz: 61.01 g; : 27.41 g; : 23.58 g; : 6.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser fromage 50 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), humus z pomidorami 50 g (SEL,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.52 kcal; Białko: 52.56 g; Węglowodany : 358.46 g; : 80.29 g; Tłuszcz: 101.49 g; : 47.64 g; : 34.75 g; : 6.4 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1942.63 kcal; Białko: 94.7 g; Węglowodany : 234.83 g; : 76.21 g; Tłuszcz: 75.28 g; : 35.65 g; : 27.84 g; : 6.58 g;

wtorek 2024-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g (MLE,),	zupa marchewkowa krem 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko: 106.57 g; Węglowodany : 273.22 g; : 54.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; : 36.66 g; : 27.72 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczona cukinia 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 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Sniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Sniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 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 maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 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>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Sniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 250 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13 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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13 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 2024-03-13 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
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>), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 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>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE, _), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13 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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13 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 2024-03-13 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13			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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13			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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13			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 2024-03-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g; Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g; Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g; Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13			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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13			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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13			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 2024-03-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13 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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13 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 2024-03-13 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 30 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 30 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g; Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g; Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g; Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
	sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13			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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13			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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13			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 2024-03-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczerek: kisiel wiśniowy 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g; Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g; Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g; Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
	sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13		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 wywar warzywny 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13		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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> ,) , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g;
Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g;
Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g;
Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g;
Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1901.33 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 220.95 g; : 42.91 g; Tłuszcz: 102.06 g; : 49.83 g; : 28.39 g; : 5.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.18 kcal; Białko: 60.66 g; Węglowodany : 250.39 g; : 39.79 g; Tłuszcz: 128.23 g; : 69.74 g; : 27.71 g; : 6.83 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 200 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko: 60.12 g; Węglowodany : 251.17 g; : 40.5 g; Tłuszcz: 130.07 g; : 71.07 g; : 28.21 g; : 6.61 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.13 kcal; Białko: 54.49 g; Węglowodany : 237.9 g; : 39.77 g; Tłuszcz: 119.61 g; : 64.17 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.33 kcal; Białko: 53.34 g; Węglowodany : 226.71 g; : 39.55 g; Tłuszcz: 127.6 g; : 69.58 g; : 28.26 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 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: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.43 kcal; Białko: 55.51 g; Węglowodany : 232.92 g; : 43.24 g; Tłuszcz: 119.02 g; : 60.86 g; : 29.22 g; : 5.79 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko: 54.56 g; Węglowodany : 237.97 g; : 39.83 g; Tłuszcz: 127.86 g; : 69.64 g; : 29.1 g; : 6.37 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko: 58.63 g; Węglowodany : 221.75 g; : 42.67 g; Tłuszcz: 127.79 g; : 66.42 g; : 33.99 g; : 5.85 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.8 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 191.82 g; : 43 g; Tłuszcz: 120.6 g; : 44.21 g; : 32.07 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),

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

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.33 kcal; Białko: 46.34 g; Węglowodany : 217.12 g; : 38.43 g; Tłuszcz: 139.85 g; : 74.46 g; : 27.31 g; : 5.24 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), dynia gotowana 150 g , sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE, _</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.9 kcal; Białko: 48.81 g; Węglowodany : 185.74 g; : 39.91 g; Tłuszcz: 119.8 g; : 43.65 g; : 23.7 g; : 6.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE, _), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13			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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13			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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filec z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13			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 2024-03-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 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 , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 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 , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE, _), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.66 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 262.86 g; : 56.45 g; Tłuszcz: 71.41 g; : 34.17 g; : 32.36 g; : 6.34 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1621.83 kcal; Białko: 42.22 g; Węglowodany : 147.2 g; : 30.11 g; Tłuszcz: 100.08 g; : 52.36 g; : 17.77 g; : 5.19 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13			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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,_) , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,_) , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , masło 20 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13			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 wywar warzywny 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,_) ,	zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,_) ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13			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 2024-03-13			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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretko malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.96 kcal; Białko: 107.5 g; Węglowodany : 251.19 g; : 37.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; : 19.48 g; : 23 g; : 8.06 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.5 kcal; Białko: 62.19 g; Węglowodany : 197.62 g; : 88.41 g; Tłuszcz: 51.8 g; : 20.99 g; : 27.4 g; : 2.27 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL,), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE,), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE,), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2233.65 kcal; Białko: 128.12 g; Węglowodany : 245.24 g; : 37.29 g; Tłuszcz: 88.45 g; : 37.79 g; : 27.71 g; : 7.72 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
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>), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 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>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.86 kcal; Białko: 39.97 g; Węglowodany : 294.15 g; : 96.24 g; Tłuszcz: 107.04 g; : 51.48 g; : 30.21 g; : 5.36 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1866.42 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 232.7 g; : 28.25 g; Tłuszcz: 67.6 g; : 28.76 g; : 37.01 g; : 7.17 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.12 kcal; Białko: 102.51 g; Węglowodany : 275.01 g; : 48.8 g; Tłuszcz: 83.09 g; : 18.35 g; : 30.95 g; : 8.13 g;

środa 2024-03-13 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 krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , papryka 40 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.07 kcal; Białko: 107.26 g; Węglowodany : 270.56 g; : 62.97 g; Tłuszcz: 68.22 g; : 14.84 g; : 37.67 g; : 7.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka konserwowa 60 g , pasta buraczana BM 50 g , masło 20 g (MLE, _), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos z czarnej porzeczki 50 g , pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.89 kcal; Białko: 55.18 g; Węglowodany : 249.29 g; : 53.38 g; Tłuszcz: 114.47 g; : 52.39 g; : 30.09 g; : 6.75 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pasta buraczana BM 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 90 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.68 kcal; Białko: 68.81 g; Węglowodany : 223.1 g; : 43.59 g; Tłuszcz: 116.9 g; : 54.16 g; : 25.3 g; : 7.91 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL, _), sos jogurtowo waniliowy 50 g (MLE, _), pierogi z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE, _), dynia pieczona 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.57 kcal; Białko: 62.86 g; Węglowodany : 229.19 g; : 45.78 g; Tłuszcz: 105.03 g; : 46.44 g; : 26.57 g; : 7.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko: 88.91 g; Węglowodany : 224.82 g; : 24.89 g; Tłuszcz: 73.26 g; : 33.31 g; : 28.6 g; : 5.98 g;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

środa 2024-03-13 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.57 kcal; Białko: 111.65 g; Węglowodany : 280.47 g; : 38.6 g; Tłuszcz: 105.53 g; : 26.64 g; : 28.03 g; : 8.23 g;

środa 2024-03-13 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 buraczana BM 100 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , dynia pieczona 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU,</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.64 kcal; Białko: 43.52 g; Węglowodany : 357.06 g; : 74.55 g; Tłuszcz: 78.66 g; : 34.36 g; : 38.96 g; : 4.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-13		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 120 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1592.41 kcal; Białko: 82.14 g; Węglowodany : 198.48 g; : 45.07 g; Tłuszcz: 57.81 g; : 23.73 g; : 24.85 g; : 5.04 g;

środa 2024-03-13		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 krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), dynia pieczona 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.16 kcal; Białko: 68.51 g; Węglowodany : 275.28 g; : 94.06 g; Tłuszcz: 95.45 g; : 42.64 g; : 26.01 g; : 8.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g ; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g ; : 34.86 g ; : 26.47 g ; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g ; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g ; : 32.75 g ; : 23.61 g ; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g ; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g ; : 32.86 g ; : 17.09 g ; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g ; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g ; : 35.29 g ; : 23.37 g ; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g;
Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g;
Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g;
Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		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 wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiinowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenney 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 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: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenney 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 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: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenney 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 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,),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenney 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 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,),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g;
Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 30 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g;
Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g;
Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g;
Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE, _), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), polenta 200 g (MLE, _), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (GLU, MLE, SEL, _), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14		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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14		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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g;
Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g;
Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g;
Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE, _), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL, _), polenta 200 g (MLE, _), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (GLU, MLE, SEL, _), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g;
Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 30 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g;
Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g;
Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g;
Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g;
Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 30 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g;
Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g;
Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g;
Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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>),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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>),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 maslowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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> ,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g;
Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g;
Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g;
Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		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 wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 30 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g;
Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g;
Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g;
Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g;
Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g ; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g ; : 34.07 g ; : 18.87 g ; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g ; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g ; : 17.4 g ; : 33.5 g ; : 7.51 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g ; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g ; : 22.03 g ; : 24.27 g ; : 7.32 g;

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g ; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g ; : 25 g ; : 22.59 g ; : 5.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g;
Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU ,) , chleb baltonowski 60 g (GLU ,) , masło 30 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g;
Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE ,) , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g;
Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14		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 ,) , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE ,) ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g;
Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.21 kcal; Białko: 106.06 g; Węglowodany : 241.23 g; : 80.19 g; Tłuszcz: 64.93 g; : 25 g; : 22.59 g; : 5.9 g;

czwartek 2024-03-14 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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.91 kcal; Białko: 114.33 g; Węglowodany : 249.93 g; : 58.74 g; Tłuszcz: 89.57 g; : 43.79 g; : 21.88 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.41 kcal; Białko: 112.21 g; Węglowodany : 236.36 g; : 58.62 g; Tłuszcz: 89.22 g; : 43.72 g; : 21.2 g; : 6.85 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.86 kcal; Białko: 108.17 g; Węglowodany : 237.44 g; : 58.73 g; Tłuszcz: 80.95 g; : 38.22 g; : 23.27 g; : 6.68 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 107.02 g; Węglowodany : 226.25 g; : 58.51 g; Tłuszcz: 88.94 g; : 43.64 g; : 22.43 g; : 6.48 g;

czwartek 2024-03-14 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,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.9 kcal; Białko: 103.18 g; Węglowodany : 232.51 g; : 62.2 g; Tłuszcz: 78.88 g; : 34.24 g; : 23.39 g; : 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko: 148.21 g; Węglowodany : 193.88 g; : 56.64 g; Tłuszcz: 108.97 g; : 47.92 g; : 19.69 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , 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: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.95 kcal; Białko: 106.3 g; Węglowodany : 221.34 g; : 61.63 g; Tłuszcz: 87.65 g; : 39.79 g; : 28.16 g; : 6.13 g;

czwartek 2024-03-14 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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.4 kcal; Białko: 107.66 g; Węglowodany : 230.43 g; : 60.77 g; Tłuszcz: 86.71 g; : 21.6 g; : 29.78 g; : 6.49 g;

czwartek 2024-03-14 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), ser fromage 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.85 kcal; Białko: 94.48 g; Węglowodany : 216.5 g; : 58.28 g; Tłuszcz: 111.51 g; : 56.66 g; : 21.4 g; : 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 224.31 g; : 57.68 g; Tłuszcz: 87.39 g; : 21.72 g; : 21.41 g; : 6.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g;
Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g;
Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g;
Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL,</u>),	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;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), polenta 200 g (MLE,), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (GLU, MLE, SEL,), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.51 kcal; Białko: 113.06 g; Węglowodany : 247.11 g; : 56.52 g; Tłuszcz: 78.19 g; : 34.86 g; : 26.47 g; : 6.73 g;

czwartek 2024-03-14		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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.38 kcal; Białko: 98.04 g; Węglowodany : 175.04 g; : 64.14 g; Tłuszcz: 80.89 g; : 32.86 g; : 17.09 g; : 5.63 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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> ,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u> ,),	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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), polenta 200 g (MLE), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (GLU, MLE, SEL), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.35 kcal; Białko: 116.61 g; Węglowodany : 259.72 g; : 45.05 g; Tłuszcz: 96.44 g; : 21.05 g; : 22.3 g; : 7.85 g;

czwartek 2024-03-14 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 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.78 kcal; Białko: 74.4 g; Węglowodany : 175.68 g; : 87.89 g; Tłuszcz: 35.84 g; : 10.47 g; : 17.76 g; : 2.24 g;

czwartek 2024-03-14 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;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), polenta 200 g (MLE,), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (GLU, MLE, SEL,), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.93 kcal; Białko: 124.91 g; Węglowodany : 262 g; : 61.27 g; Tłuszcz: 79.21 g; : 35.29 g; : 23.37 g; : 7.88 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 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>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiński 150 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.11 kcal; Białko: 100.51 g; Węglowodany : 337.13 g; : 114.84 g; Tłuszcz: 71.14 g; : 31.89 g; : 28.47 g; : 6.19 g;

czwartek 2024-03-14 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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.08 kcal; Białko: 119.7 g; Węglowodany : 246.92 g; : 59.67 g; Tłuszcz: 75 g; : 33.39 g; : 31.83 g; : 7.57 g;

czwartek 2024-03-14 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 , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.57 kcal; Białko: 112.95 g; Węglowodany : 287.96 g; : 52.35 g; Tłuszcz: 96.64 g; : 21 g; : 28.94 g; : 7.68 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14 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-marchewkowa 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), polenta 200 g (<u>MLE, _</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		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 (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.62 kcal; Białko: 115.46 g; Węglowodany : 289 g; : 82.71 g; Tłuszcz: 81.06 g; : 17.4 g; : 33.5 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z soczewicy z pomidorami 50 g (SEL,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.98 kcal; Białko: 111.76 g; Węglowodany : 290.85 g; : 53.52 g; Tłuszcz: 87.17 g; : 35.13 g; : 29.53 g; : 7.44 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.28 kcal; Białko: 124.57 g; Węglowodany : 278.28 g; : 69.59 g; Tłuszcz: 88.72 g; : 35.62 g; : 23.61 g; : 7.87 g;

czwartek 2024-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.51 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 280.38 g; : 71.15 g; Tłuszcz: 71.45 g; : 24.33 g; : 24.33 g; : 7.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.58 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 237.64 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; : 32.75 g; : 23.61 g; : 6.52 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u>),	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;

czwartek 2024-03-14		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;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , gotowany burak 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 ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko: 119.06 g; Węglowodany : 296.42 g; : 57.5 g; Tłuszcz: 91.5 g; : 18.49 g; : 23.28 g; : 7.6 g;

czwartek 2024-03-14		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-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), polenta 200 g (<u>MLE</u>), sos pieczarkowy 100ml 1 Por (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowany burak 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.61 kcal; Białko: 44.19 g; Węglowodany : 289.23 g; : 101.31 g; Tłuszcz: 66.18 g; : 37.02 g; : 27.81 g; : 7.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-marchewkowa 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.71 kcal; Białko: 105.06 g; Węglowodany : 189.37 g; : 56.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; : 34.07 g; : 18.87 g; : 5.64 g;

czwartek 2024-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany burak 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , szynka gotowana 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.61 kcal; Białko: 116.39 g; Węglowodany : 317.25 g; : 112.66 g; Tłuszcz: 57.06 g; : 22.03 g; : 24.27 g; : 7.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE,),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (MLE, SEL,), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 250 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (MLE, SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g ; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g ; : 29 g ; : 35.64 g ; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g ; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g ; : 17.11 g ; : 22.99 g ; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g ; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g ; : 7.37 g ; : 21.3 g ; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g ; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g ; : 7.86 g ; : 20.92 g ; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (MLE , _), chleb pszenny 60 g (GLU , _), serek grani 50 g (MLE , _), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB , MIĘ , _), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (SEL , _), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), pieczone warzywa 150 g (SEL , _), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , _), chleb baltonowski 40 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g ; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g ; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g ; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (MLE , _), chleb pszenno-razowy 60 g (GLU , _), serek grani 50 g (MLE , _), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB , MIĘ , _), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenno-razowy 60 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 50 g (SEL , _), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenno-razowy 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), herbata 200 g , chleb pszenno-razowy 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), pieczone warzywa 150 g (SEL , _), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , _), chleb baltonowski 40 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g ; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g ; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g ; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g ; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g ; : 29 g ; : 35.64 g ; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g ; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g ; : 17.11 g ; : 22.99 g ; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g ; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g ; : 7.37 g ; : 21.3 g ; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g ; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g ; : 7.86 g ; : 20.92 g ; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenno-żytny 60 g (<u>GLU</u>), serek grani 50 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIĘ</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 50 g (<u>SEL</u>), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g ; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g ; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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 biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g ; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (MLE , _), chleb pszenney 60 g (GLU , _), serek granii 50 g (MLE , _), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB , MIĘ , _), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (SEL , _), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenney 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), herbata 200 g , chleb pszenney 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), pieczone warzywa 150 g (SEL , _), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , _), chleb baltonowski 40 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL , _),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (MLE , _), chleb pszenno-żytny 60 g (GLU , _), serek grani 50 g (MLE , _), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB , MIĘ , _), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 60 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 50 g (SEL , _), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), herbata 200 g , chleb pszenno-żytny 120 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL , _), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU , SEL , _), pieczone warzywa 150 g (SEL , _), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , _),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU , _), chleb baltonowski 40 g (GLU , _), masło 10 g (MLE , _), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _), pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g (SEL , _),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE , _),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g ; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g ; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g ; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g ; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g ; : 29 g ; : 35.64 g ; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g ; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g ; : 17.11 g ; : 22.99 g ; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g ; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g ; : 7.37 g ; : 21.3 g ; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g ; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g ; : 7.86 g ; : 20.92 g ; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL, _</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g ; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g ; : 29 g ; : 35.64 g ; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g ; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g ; : 17.11 g ; : 22.99 g ; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g ; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g ; : 7.37 g ; : 21.3 g ; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g ; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g ; : 7.86 g ; : 20.92 g ; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL, _</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL, _</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15		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 , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15		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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenno-żytniowy 60 g (<u>GLU</u>), serek graniowy 50 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIĘ</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenno-żytniowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenno-żytniowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenno-żytniowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.02 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 345.53 g; : 99.41 g; Tłuszcz: 89.36 g; : 25.23 g; : 44.97 g; : 7.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

piątek 2024-03-15		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), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL), pieczone warzywa 150 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),		

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;

piątek 2024-03-15		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 serem 150 g (GLU, JAJ, MLE), pieczone warzywa 150 g (SEL), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU), chleb baltonowski 60 g (GLU), masło 30 g (MLE), ser żółty 60 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.82 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 383.29 g; : 131.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; : 25.81 g; : 47.77 g; : 7.5 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, SEL,</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2856.87 kcal; Białko: 94.72 g; Węglowodany : 378.17 g; : 96.15 g; Tłuszcz: 117.08 g; : 45.34 g; : 44.23 g; : 8.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2792.37 kcal; Białko: 92.59 g; Węglowodany : 364.6 g ; : 96.02 g; Tłuszcz: 116.73 g; : 45.26 g; : 43.55 g; : 8.44 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2703.77 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 365.88 g ; : 96.27 g; Tłuszcz: 108.47 g; : 39.76 g; : 45.68 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.97 kcal; Białko: 87.44 g; Węglowodany : 354.69 g ; : 96.05 g; Tłuszcz: 116.46 g; : 45.18 g; : 44.84 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2608.12 kcal; Białko: 88.51 g; Węglowodany : 361.81 g; : 99.74 g; Tłuszcz: 106.32 g; : 36.26 g; : 45.8 g; : 7.83 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2779.28 kcal; Białko: 67.91 g; Węglowodany : 301.93 g; : 103.43 g; Tłuszcz: 153.27 g; : 62.68 g; : 40.22 g; : 7.45 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2646.17 kcal; Białko: 91.63 g; Węglowodany : 350.65 g; : 99.17 g; Tłuszcz: 115.09 g; : 41.81 g; : 50.57 g; : 7.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2676.62 kcal; Białko: 92.99 g; Węglowodany : 359.74 g; : 98.31 g; Tłuszcz: 114.15 g; : 23.62 g; : 52.19 g; : 8.26 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803.54 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 281.21 g; : 101.93 g; Tłuszcz: 169.91 g; : 71.99 g; : 38.35 g; : 6.62 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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 baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2706.67 kcal; Białko: 86.96 g; Węglowodany : 352.75 g; : 95.22 g; Tłuszcz: 114.91 g; : 23.26 g; : 43.82 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15			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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, 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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE,</u>),			

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15 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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15 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;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 biała 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		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>), serek grani 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15 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 masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.89 kcal; Białko: 83.64 g; Węglowodany : 250.73 g; : 81.45 g; Tłuszcz: 84.88 g; : 30.52 g; : 27.28 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-15 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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15 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 pietruszkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.13 kcal; Białko: 69.53 g; Węglowodany : 242.24 g; : 77.61 g; Tłuszcz: 66.8 g; : 29.06 g; : 26.05 g; : 5.89 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g ; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g ; : 29 g ; : 35.64 g ; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15 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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g ; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g ; : 17.11 g ; : 22.99 g ; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g ; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g ; : 7.37 g ; : 21.3 g ; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g ; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g ; : 7.86 g ; : 20.92 g ; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE ,), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE ,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE ,), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL ,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU ,), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIĘ ,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU ,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU ,), chleb baltonowski 30 g (GLU ,), masło 20 g (MLE ,), serek granii 100 g (MLE ,), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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 ,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL ,), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU ,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE ,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL ,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL ,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.22 kcal; Białko: 90.89 g; Węglowodany : 258.84 g; : 39.72 g; Tłuszcz: 88.03 g; : 17.11 g; : 22.99 g; : 7.63 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1273.31 kcal; Białko: 61.96 g; Węglowodany : 206.69 g; : 113.64 g; Tłuszcz: 26.6 g; : 7.37 g; : 21.3 g; : 1.87 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), serek granii 100 g (MLE,), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), dżem brzoskwiowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 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 pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko: 101.24 g; Węglowodany : 311.27 g; : 78.25 g; Tłuszcz: 89.94 g; : 32.38 g; : 25.48 g; : 9.05 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>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>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), dżem brzoskwinowy 150 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2410.4 kcal; Białko: 71.99 g; Węglowodany : 393.18 g; : 135.94 g; Tłuszcz: 69.03 g; : 29 g; : 35.64 g; : 6.11 g;

piątek 2024-03-15		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;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczerek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.72 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 286.48 g; : 80.53 g; Tłuszcz: 83.67 g; : 30.35 g; : 37.92 g; : 8.54 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 250 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczerek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.88 kcal; Białko: 80.7 g; Węglowodany : 302.3 g; : 77.74 g; Tłuszcz: 82.35 g; : 17.37 g; : 30.74 g; : 8.53 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), serek granii 100 g (MLE), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (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), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), dżem brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczerek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (MLE), chleb pszenney 60 g (GLU), serek granii 50 g (MLE), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (SEL), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		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 pietruszkowa krem BM 350 g (SEL), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym bg 350 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: panacotta marchewkowa B/M 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.77 kcal; Białko: 81.02 g; Węglowodany : 312.56 g; : 111.89 g; Tłuszcz: 68.72 g; : 13.79 g; : 37.72 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko: 88.85 g; Węglowodany : 328.93 g; : 78.14 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 29.53 g; : 29.34 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.75 kcal; Białko: 97.33 g; Węglowodany : 317.09 g; : 79.85 g; Tłuszcz: 76.9 g; : 29.82 g; : 29.52 g; : 7.58 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (SEL,), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (GLU, SEL,),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.2 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 319.41 g; : 81.41 g; Tłuszcz: 61.73 g; : 19.25 g; : 30.24 g; : 8.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), makaron pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie warzywnym 350 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.57 kcal; Białko: 99.08 g; Węglowodany : 255.61 g; : 78.64 g; Tłuszcz: 82.79 g; : 30.78 g; : 31.26 g; : 7.57 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 899.13 kcal; Białko: 22.16 g; Węglowodany : 156.67 g; : 116.25 g; Tłuszcz: 24.87 g; : 7.86 g; : 20.92 g; : 1.03 g;

piątek 2024-03-15		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;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.74 kcal; Białko: 94.41 g; Węglowodany : 329.1 g; : 87.11 g; Tłuszcz: 92.37 g; : 16.23 g; : 29.84 g; : 8.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-15		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>), serek granii 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), dżem brzoskwiowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko: 69.55 g; Węglowodany : 331.39 g; : 102.73 g; Tłuszcz: 89.75 g; : 33.14 g; : 31.5 g; : 5.15 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), serek granii 50 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIĘ</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (<u>SEL</u>), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 223.94 g; : 82.1 g; Tłuszcz: 69.17 g; : 28.59 g; : 25.14 g; : 5.47 g;

piątek 2024-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów 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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), makaron z tuńczykiem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta marchewkowa 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.93 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 375.39 g; : 134.14 g; Tłuszcz: 58.38 g; : 20.69 g; : 31.87 g; : 7.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 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: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 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: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 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: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 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: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 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 , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), risotto warzywne 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piersz z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

sobota 2024-03-16		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 , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g ; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g ; : 15.86 g ; : 36.31 g ; : 11.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g ; : 14.43 g ; : 25.1 g ; : 9.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,_) , jogurt naturalny 150g 2 szt (MLE,_) ,	zupa koperkowa 500 g (SEL,_) , 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,_) ,	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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,_) , ser twarogowy 100 g (MLE,_) , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,_) , kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,_) , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,_) , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,_) , kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,_) , chleb razowy 105 g (GLU,_) , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g ; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g ; : 15.86 g ; : 36.31 g ; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,_) , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,_) , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,_) , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g ; : 14.43 g ; : 25.1 g ; : 9.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g, papryka 40 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	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 twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 20 g, schab wiśniowy 100 g, sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 20 g, szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2167.27 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 298.5 g; : 71.26 g; Tłuszcz: 68.58 g; : 33.44 g; : 38.85 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g, chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 70 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.45 kcal; Białko: 92.11 g; Węglowodany : 225.68 g; : 64.4 g; Tłuszcz: 64.24 g; : 32.56 g; : 28.97 g; : 8.11 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 150 g (MLE), sałata lodowa 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 100 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 100 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g ; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g ; : 32.99 g ; : 40.87 g ; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chrupki kukurydziane 20 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2038.6 kcal; Białko: 109.49 g; Węglowodany : 281.86 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 64.37 g ; : 13.47 g ; : 25.1 g ; : 7.6 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, 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>), dynia gotowana 150 g ,	koktajl bananowy 300 g (<u>MLE,</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.05 kcal; Białko: 103.24 g; Węglowodany : 294.1 g ; : 162.47 g; Tłuszcz: 26.15 g ; : 10.82 g ; : 21.8 g ; : 2.89 g;

sobota 2024-03-16		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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, 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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g ; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g ; : 14.43 g ; : 25.1 g ; : 9.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), risotto warzywne 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 150 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2232.71 kcal; Białko: 126.4 g; Węglowodany : 275.17 g; : 62.6 g; Tłuszcz: 75.82 g; : 38.17 g; : 27.29 g; : 10.76 g;

sobota 2024-03-16		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 baltonowski 30 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 100 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 250 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 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 wisniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220.61 kcal; Białko: 58.91 g; Węglowodany : 380.08 g; : 110.81 g; Tłuszcz: 60.62 g; : 26.84 g; : 40.28 g; : 6.71 g;

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,),	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 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko: 106.54 g; Węglowodany : 293.05 g; : 64.6 g; Tłuszcz: 66.66 g; : 32.99 g; : 40.87 g; : 9.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 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 , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.01 kcal; Białko: 110.27 g; Węglowodany : 324.35 g; : 63.74 g; Tłuszcz: 62.5 g; : 15.86 g; : 36.31 g; : 11.33 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), risotto warzywne 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 100 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.97 kcal; Białko: 120.86 g; Węglowodany : 290.12 g; : 60.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; : 16.47 g; : 40.87 g; : 12.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.28 kcal; Białko: 102.07 g; Węglowodany : 312.43 g; : 66.56 g; Tłuszcz: 66.12 g; : 32.95 g; : 35.04 g; : 9.51 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g, dynia gotowana 150 g,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 20 g, herbata 200 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.28 kcal; Białko: 106.6 g; Węglowodany : 294.38 g; : 53.46 g; Tłuszcz: 66.23 g; : 32.95 g; : 30.08 g; : 9.54 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb razowy 105 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g, pomidor bs 50 g,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g, dynia gotowana 150 g,	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 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: 2168.22 kcal; Białko: 107.99 g; Węglowodany : 298.7 g; : 71.4 g; Tłuszcz: 68.59 g; : 33.44 g; : 38.91 g; : 9.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE), jogurt naturalny 150g 2 szt (MLE),	zupa koperkowa 500 g (SEL), 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 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL),	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 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL), piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.35 kcal; Białko: 121.34 g; Węglowodany : 281.94 g; : 33.53 g; Tłuszcz: 67.82 g; : 14.43 g; : 25.1 g; : 9.03 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser topiony w kostce 50 g (MLE), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor 50 g ,	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 twarogowy 100 g (MLE), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2003.15 kcal; Białko: 65.93 g; Węglowodany : 292.23 g; : 60.13 g; Tłuszcz: 69.24 g; : 40.15 g; : 26.12 g; : 6.84 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka wieprzowa 100 g , sałata lodowa 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL), piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 60 g (GLU), masło 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1779.55 kcal; Białko: 109.26 g; Węglowodany : 221.39 g; : 40.44 g; Tłuszcz: 55.91 g; : 20.22 g; : 23.06 g; : 7.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g ,	gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , dynia gotowana 150 g ,	chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.73 kcal; Białko: 105.5 g; Węglowodany : 291.84 g; : 64.36 g; Tłuszcz: 65.86 g; : 32.9 g; : 30.78 g; : 9.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Obserwacyjno-Zakaźny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	
-------------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), sos biały 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 20 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 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 , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 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 jesienna z buraczkami 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: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17		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;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU, _), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 50 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 90 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE</u>), salata maslowa 10 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (<u>GLU,</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), sałata masłowa 10 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 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 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, szynka drobiowa z kurczaka 30 g, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chirurgii i Leczenia Oparzeń		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwinowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g ; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g ; : 6.52 g; : 17.9 g ; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g ; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g ; : 37.42 g ; : 28.92 g ; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g ; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g ; : 22.84 g ; : 29.94 g ; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g ; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g ; : 35.69 g ; : 18.38 g ; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR, _</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 90 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		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 , chleb baltonowski 40 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 100 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (<u>GLU,</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), sałata masłowa 10 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 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 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, szynka drobiowa z kurczaka 30 g, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Laryngologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 50 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 90 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		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 , chleb baltonowski 40 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 100 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (<u>GLU,</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), sałata masłowa 10 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 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 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, szynka drobiowa z kurczaka 30 g, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , chleb razowy 15 g (GLU ,) , masło 5 g (MLE ,) , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (GLU ,) , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE ,) , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU ,) , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , masło 5 g (MLE ,) , sałatka jarzynowa 50 g (SEL , GOR ,) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , chleb razowy 15 g (GLU ,) , margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE ,) , sos biały BM/bg 50 g (SEL ,) , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU ,) , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL , GOR ,) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Młodszych		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE , SEL , _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g ; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g ; : 6.52 g ; : 17.9 g ; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE , SEL , _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE , _), sos biały BM/bg 50 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g ; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g ; : 37.42 g ; : 28.92 g ; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU , _), chleb baltonowski 30 g (GLU , _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL , _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU , _), chleb razowy 105 g (GLU , _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g ; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g ; : 22.84 g ; : 29.94 g ; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE , SEL , _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL , _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , _), masło 20 g (MLE , _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU , JAJ , MLE , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g ; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g ; : 35.69 g ; : 18.38 g ; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata 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 bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata 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 bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), salata maslowa 10 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata 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 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 10 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , szynka drobiowa z kurczaka 30 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , margaryna 10 g , schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU, _), chleb razowy 15 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (GLU, _), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU, _), chleb baltonowski 15 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Ortopedii i Traumatologii Ruchu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17		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;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR, _</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE,</u>), sałata masłowa 10 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (<u>GLU,</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), sałata masłowa 10 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE,), chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 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 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE,), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, szynka drobiowa z kurczaka 30 g, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, pomidor 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , chleb razowy 15 g (GLU ,) , masło 5 g (MLE ,) , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (GLU ,) , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE ,) , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU ,) , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , masło 5 g (MLE ,) , sałatka jarzynowa 50 g (SEL , GOR ,) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , chleb razowy 15 g (GLU ,) , margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE , SEL ,) , kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE ,) , sos biały BM/bg 50 g (SEL ,) , sos biały 50 g (GLU , MLE , SEL ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU ,) , chleb baltonowski 15 g (GLU ,) , margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL , GOR ,) , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 50 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 90 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		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 , chleb baltonowski 40 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 100 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Dzieci Starszych II		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g ; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g ; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g ; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g ; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g ; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g ; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g ; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g ; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 50 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 90 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), sałata masłowa 10 g , chleb baltonowski 40 g (GLU,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	mleko świeże 2% 200 ml (MLE,), chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 100 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacji		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17		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 , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (<u>SEL, _</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 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 biała 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: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR, _</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.5 kcal; Białko: 88.59 g; Węglowodany : 244.8 g; : 66.59 g; Tłuszcz: 109.91 g; : 44.87 g; : 31.13 g; : 6.17 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 150 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.6 kcal; Białko: 107.39 g; Węglowodany : 275.87 g; : 66.39 g; Tłuszcz: 100.98 g; : 48.96 g; : 23.92 g; : 8.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 30 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.4 kcal; Białko: 103.21 g; Węglowodany : 248.79 g; : 66.2 g; Tłuszcz: 108.53 g; : 54.28 g; : 22.57 g; : 8.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 90 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.41 kcal; Białko: 94.05 g; Węglowodany : 236.96 g; : 65.67 g; Tłuszcz: 104.27 g; : 49.37 g; : 29.76 g; : 6.41 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE,</u>), salata maslowa 10 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.58 kcal; Białko: 99.42 g; Węglowodany : 241.72 g; : 86.36 g; Tłuszcz: 100.51 g; : 38.46 g; : 27.1 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata maslowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.1 kcal; Białko: 86.86 g; Węglowodany : 248.65 g; : 66.3 g; Tłuszcz: 112.85 g; : 49.64 g; : 30.76 g; : 6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 20 g (MLE, _), sałatka jarzynowa 150 g (SEL, GOR, _), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.42 kcal; Białko: 94.88 g; Węglowodany : 258.12 g; : 67.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; : 41.6 g; : 37.29 g; : 6.19 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , papryka 40 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 150 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.72 kcal; Białko: 106.99 g; Węglowodany : 284.34 g; : 65.37 g; Tłuszcz: 105.96 g; : 27.79 g; : 40.2 g; : 8.56 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), kompot 200ml BC 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 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 60 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.86 kcal; Białko: 95.34 g; Węglowodany : 243.3 g; : 61.02 g; Tłuszcz: 112.78 g; : 54.89 g; : 30.6 g; : 6.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z kalafiejem 120 g (<u>GLU,</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.61 kcal; Białko: 58.07 g; Węglowodany : 306.11 g; : 70 g; Tłuszcz: 76.63 g; : 34.05 g; : 34.48 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.48 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 214.01 g; : 61.92 g; Tłuszcz: 78.43 g; : 20.65 g; : 26.94 g; : 4.61 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 25 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1431.37 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 142.36 g; : 54.6 g; Tłuszcz: 75.58 g; : 29.32 g; : 18.16 g; : 3.81 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1446.17 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 130.26 g; : 56.39 g; Tłuszcz: 70.63 g; : 30.67 g; : 13.61 g; : 5.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.35 kcal; Białko: 73.62 g; Węglowodany : 135.17 g; : 60.23 g; Tłuszcz: 68.91 g; : 30.25 g; : 14.37 g; : 4.78 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1392.98 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 129.67 g; : 55.99 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g , pomidor bs 50 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1383.01 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 127.17 g; : 53.5 g; Tłuszcz: 74.29 g; : 31.09 g; : 17.76 g; : 4.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb razowy 15 g (GLU), masło 5 g (MLE), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, mleko świeże 2% 100 ml (MLE), sałata masłowa 10 g, chleb baltonowski 15 g (GLU),	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	mleko świeże 2% 100 ml (MLE), chleb razowy 15 g (GLU), chleb baltonowski 15 g (GLU), masło 5 g (MLE), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1451.03 kcal; Białko: 77.74 g; Węglowodany : 144.46 g; : 65.33 g; Tłuszcz: 74.21 g; : 28.12 g; : 18.17 g; : 4.21 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (GLU), chleb razowy 15 g (GLU), masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, pieczone udko z kurczaka 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 15 g (GLU), chleb baltonowski 15 g (GLU), masło 10 g (MLE), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1423.83 kcal; Białko: 71.01 g; Węglowodany : 134.73 g; : 55.59 g; Tłuszcz: 78.46 g; : 31.21 g; : 18.17 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE), sos biały BM/bg 50 g (SEL), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, masło 10 g (MLE), sałata jarzynowa 50 g (SEL, GOR), pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.64 kcal; Białko: 73.44 g; Węglowodany : 140.99 g; : 55.44 g; Tłuszcz: 78.04 g; : 28.01 g; : 21.62 g; : 3.75 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, szynka drobiowa z kurczaka 30 g, papryka 40 g, sałata masłowa 10 g,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL), kompot 200ml 100 g, ziemniaki gotowane 50 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE), sos biały BM/bg 50 g (SEL), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 40 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, pomidor 50 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1372.29 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 134.81 g; : 55.68 g; Tłuszcz: 65.5 g; : 18.03 g; : 20.94 g; : 4.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml BC 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 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: 1382.06 kcal; Białko: 75.1 g; Węglowodany : 126.97 g; : 53.36 g; Tłuszcz: 74.28 g; : 31.09 g; : 17.7 g; : 4.22 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1098.95 kcal; Białko: 38.52 g; Węglowodany : 182.72 g; : 64.06 g; Tłuszcz: 38.14 g; : 15.62 g; : 24.37 g; : 3.47 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 15 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 100 g , ryż 50 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 15 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1408.11 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 134.49 g; : 55.2 g; Tłuszcz: 77.06 g; : 20.64 g; : 17.98 g; : 3.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Anestezjologii i Intensywnej Terapii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , sałata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczo-Ginekologiczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwinowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 400 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 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 biała 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: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

niedziela 2024-03-17		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 , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiem 120 g (<u>GLU</u>), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Urologii i Onkologii Urologicznej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		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 zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko: 103.93 g; Węglowodany : 240.58 g; : 52.22 g; Tłuszcz: 87.96 g; : 38.88 g; : 26.12 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881.7 kcal; Białko: 92.31 g; Węglowodany : 201.64 g; : 49.9 g; Tłuszcz: 89.19 g; : 39.55 g; : 18.33 g; : 4.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		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,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 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 jesienna z buraczkami 400 g (MLE, SEL, _),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 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;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Noworodkowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.15 kcal; Białko: 109.54 g; Węglowodany : 247.13 g; : 36.31 g; Tłuszcz: 111.21 g; : 27.87 g; : 19.36 g; : 8.54 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1306.61 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 175.02 g; : 91.33 g; Tłuszcz: 41.58 g; : 13.09 g; : 20.09 g; : 1.79 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 400 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), sałata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Oddział położniczy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwinowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.31 kcal; Białko: 111.91 g; Węglowodany : 247.08 g; : 53.28 g; Tłuszcz: 90.34 g; : 40.52 g; : 22.09 g; : 8.6 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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>), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.57 kcal; Białko: 88.21 g; Węglowodany : 303.36 g; : 88.47 g; Tłuszcz: 84.81 g; : 39 g; : 24.91 g; : 6.39 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 111.01 g; Węglowodany : 244.9 g; : 50.44 g; Tłuszcz: 90.42 g; : 37.42 g; : 28.92 g; : 8 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.54 kcal; Białko: 103.9 g; Węglowodany : 284.23 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 99.45 g; : 22.84 g; : 29.94 g; : 8.06 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL, _), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU, _), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE, _), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 350 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.48 kcal; Białko: 107.8 g; Węglowodany : 263.48 g; : 63.68 g; Tłuszcz: 84.01 g; : 19.26 g; : 34.8 g; : 7.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Blok porodowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos pieczeniowy 50 g (GLU, SEL,),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.23 kcal; Białko: 109.94 g; Węglowodany : 275.84 g; : 59.95 g; Tłuszcz: 97.23 g; : 39.71 g; : 29.9 g; : 7.86 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.97 kcal; Białko: 98.99 g; Węglowodany : 259.69 g; : 67.22 g; Tłuszcz: 89.34 g; : 39.67 g; : 19.43 g; : 7.18 g;

niedziela 2024-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.82 kcal; Białko: 103.27 g; Węglowodany : 260.83 g; : 68.02 g; Tłuszcz: 76.09 g; : 29.3 g; : 19.83 g; : 7.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż brązowy 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE</u>), 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 biała 80 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.64 kcal; Białko: 107.67 g; Węglowodany : 223.27 g; : 46.5 g; Tłuszcz: 97.21 g; : 42.73 g; : 24.43 g; : 7.26 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 400 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 734.99 kcal; Białko: 19.57 g; Węglowodany : 143.68 g; : 114 g; Tłuszcz: 12.96 g; : 6.52 g; : 17.9 g; : 1.02 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, 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 2024-03-17		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 jesienna z buraczkami 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , cukinia gotowana 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 biała 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: 2328.72 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 274.96 g; : 33.91 g; Tłuszcz: 96.94 g; : 35.69 g; : 18.38 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 250 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , kotlety warzywne z kalafiozem 120 g (GLU,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.18 kcal; Białko: 63.32 g; Węglowodany : 322.4 g; : 57.23 g; Tłuszcz: 76.97 g; : 42.04 g; : 27.74 g; : 7.14 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 150 g (MLE, SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1693.38 kcal; Białko: 92.14 g; Węglowodany : 172.91 g; : 48.18 g; Tłuszcz: 73.74 g; : 28.55 g; : 15.19 g; : 6.16 g;

niedziela 2024-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami 350 g (MLE, SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2246.24 kcal; Białko: 111.94 g; Węglowodany : 258.4 g; : 51.19 g; Tłuszcz: 89.6 g; : 26.01 g; : 20.23 g; : 8.73 g;