

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.99 kcal; Białko: 84.19 g; Węglowodany : 305.75 g; suma cukrów: 63.7 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.76 g; Błonnik: 33.37 g; : 8.14 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.22 kcal; Białko: 87.99 g; Węglowodany : 286.62 g; suma cukrów: 63.95 g; Tłuszcz: 94.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.28 g; Błonnik: 31.08 g; : 7.76 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.62 kcal; Białko: 87.85 g; Węglowodany : 286.48 g; suma cukrów: 63.83 g; Tłuszcz: 78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.34 g; Błonnik: 31.08 g; : 7.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u> ,) ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.52 kcal; Białko: 78.4 g; Węglowodany : 281.93 g; suma cukrów: 73.79 g; Tłuszcz: 83.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.02 g; Błonnik: 37.56 g; : 7 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto (ryż brązowy) warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.02 kcal; Białko: 60.43 g; Węglowodany : 267.07 g; suma cukrów: 64.36 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.51 g; Błonnik: 39.47 g; : 6.32 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1759.47 kcal; Białko: 57.78 g; Węglowodany : 226.22 g; suma cukrów: 59.81 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.23 g; Błonnik: 28.47 g; : 5.74 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u> ,) ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 105.68 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 50.09 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.49 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.46 kcal; Białko: 50.98 g; Węglowodany : 359.33 g; suma cukrów: 115.04 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.18 g; Błonnik: 36.6 g; : 5.77 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425.54 kcal; Białko: 110.25 g; Węglowodany : 271.33 g; suma cukrów: 38.38 g; Tłuszcz: 112.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.74 g; Błonnik: 27.35 g; : 7.84 g;

poniedziałek 2024-03-25 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 , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.42 kcal; Białko: 66.32 g; Węglowodany : 194.25 g; suma cukrów: 94.66 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.15 g; Błonnik: 31.49 g; : 2.36 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 838.33 kcal; Białko: 20.37 g; Węglowodany : 146.62 g; suma cukrów: 111.6 g; Tłuszcz: 23.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.4 g; Błonnik: 21.37 g; : 1.17 g;

poniedziałek 2024-03-25 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), rissoto warzywne BM 300 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.78 kcal; Białko: 69.57 g; Węglowodany : 268.26 g; suma cukrów: 59 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.1 g; Błonnik: 39.96 g; : 7.12 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), rissoto warzywne BM 300 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.98 kcal; Białko: 66.11 g; Węglowodany : 301.84 g; suma cukrów: 61.22 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.02 g; Błonnik: 35.4 g; : 7.39 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (SEL), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.35 kcal; Białko: 114.92 g; Węglowodany : 304.62 g; suma cukrów: 64.42 g; Tłuszcz: 123.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.07 g; Błonnik: 27.1 g; : 7.99 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser twarogowy 100 g (MLE), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (MLE, SEL), risotto warzywne 300 g (MLE, SEL),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL), ser topiony w kostce 50 g (MLE), chleb baltonowski 30 g (GLU),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.36 kcal; Białko: 60 g; Węglowodany : 306.1 g; suma cukrów: 66.69 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.57 g; Błonnik: 35.26 g; : 6.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiowy 50 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.45 kcal; Białko: 120.03 g; Węglowodany : 244.03 g; suma cukrów: 86.6 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.13 g; Błonnik: 33.68 g; : 7.31 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), rissoto warzywne BM 300 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.18 kcal; Białko: 74.69 g; Węglowodany : 273.36 g; suma cukrów: 61.45 g; Tłuszcz: 93.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.28 g; Błonnik: 41.92 g; : 7.82 g;

poniedziałek 2024-03-25 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>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<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 , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.62 kcal; Białko: 70.96 g; Węglowodany : 339.27 g; suma cukrów: 112.58 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.7 g; Błonnik: 32.28 g; : 7.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.99 kcal; Białko: 84.19 g; Węglowodany : 305.75 g; suma cukrów: 63.7 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.76 g; Błonnik: 33.37 g; : 8.14 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.22 kcal; Białko: 87.99 g; Węglowodany : 286.62 g; suma cukrów: 63.95 g; Tłuszcz: 94.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.28 g; Błonnik: 31.08 g; : 7.76 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.62 kcal; Białko: 87.85 g; Węglowodany : 286.48 g; suma cukrów: 63.83 g; Tłuszcz: 78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.34 g; Błonnik: 31.08 g; : 7.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u> ,) ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.52 kcal; Białko: 78.4 g; Węglowodany : 281.93 g; suma cukrów: 73.79 g; Tłuszcz: 83.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.02 g; Błonnik: 37.56 g; : 7 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto (ryż brązowy) warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.02 kcal; Białko: 60.43 g; Węglowodany : 267.07 g; suma cukrów: 64.36 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.51 g; Błonnik: 39.47 g; : 6.32 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1759.47 kcal; Białko: 57.78 g; Węglowodany : 226.22 g; suma cukrów: 59.81 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.23 g; Błonnik: 28.47 g; : 5.74 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,) , schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u> ,) ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> ,) , masło 20 g (<u>MLE</u> ,) , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> ,) , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> ,) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 105.68 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 50.09 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.49 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.46 kcal; Białko: 50.98 g; Węglowodany : 359.33 g; suma cukrów: 115.04 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.18 g; Błonnik: 36.6 g; : 5.77 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425.54 kcal; Białko: 110.25 g; Węglowodany : 271.33 g; suma cukrów: 38.38 g; Tłuszcz: 112.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.74 g; Błonnik: 27.35 g; : 7.84 g;

poniedziałek 2024-03-25 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 , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1426.42 kcal; Białko: 66.32 g; Węglowodany : 194.25 g; suma cukrów: 94.66 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.15 g; Błonnik: 31.49 g; : 2.36 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 838.33 kcal; Białko: 20.37 g; Węglowodany : 146.62 g; suma cukrów: 111.6 g; Tłuszcz: 23.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.4 g; Błonnik: 21.37 g; : 1.17 g;

poniedziałek 2024-03-25 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), rissoto warzywne BM 300 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.78 kcal; Białko: 69.57 g; Węglowodany : 268.26 g; suma cukrów: 59 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.1 g; Błonnik: 39.96 g; : 7.12 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL, _</u>), rissoto warzywne BM 300 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.98 kcal; Białko: 66.11 g; Węglowodany : 301.84 g; suma cukrów: 61.22 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.02 g; Błonnik: 35.4 g; : 7.39 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL, _</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.35 kcal; Białko: 114.92 g; Węglowodany : 304.62 g; suma cukrów: 64.42 g; Tłuszcz: 123.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.07 g; Błonnik: 27.1 g; : 7.99 g;

poniedziałek 2024-03-25 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>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE, _</u>), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL, _</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL, _</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.36 kcal; Białko: 60 g; Węglowodany : 306.1 g; suma cukrów: 66.69 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.57 g; Błonnik: 35.26 g; : 6.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.45 kcal; Białko: 120.03 g; Węglowodany : 244.03 g; suma cukrów: 86.6 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.13 g; Błonnik: 33.68 g; : 7.31 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), rissoto warzywne BM 300 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.18 kcal; Białko: 74.69 g; Węglowodany : 273.36 g; suma cukrów: 61.45 g; Tłuszcz: 93.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.28 g; Błonnik: 41.92 g; : 7.82 g;

poniedziałek 2024-03-25 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>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<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 brzoskwinowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.62 kcal; Białko: 70.96 g; Węglowodany : 339.27 g; suma cukrów: 112.58 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.7 g; Błonnik: 32.28 g; : 7.26 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 50 g , ser twarogowy 70 g (<u>MLE</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krem z selera 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw 40 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1609.01 kcal; Białko: 61.75 g; Węglowodany : 214.92 g; suma cukrów: 44.37 g; Tłuszcz: 65.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.88 g; Błonnik: 22.84 g; : 5.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 50 g, ser twarogowy 70 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 60 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1649.43 kcal; Białko: 65.52 g; Węglowodany : 214.82 g; suma cukrów: 48.35 g; Tłuszcz: 68.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.55 g; Błonnik: 22.25 g; : 5.64 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g, dynia pieczona 50 g, salata masłowa 20 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<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>), szynka gotowana 80 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.62 kcal; Białko: 87.85 g; Węglowodany : 286.48 g; suma cukrów: 63.83 g; Tłuszcz: 78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.34 g; Błonnik: 31.08 g; : 7.76 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g, salata masłowa 20 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.32 kcal; Białko: 80.4 g; Węglowodany : 274.53 g; suma cukrów: 65.69 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.14 g; Błonnik: 33.42 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g, salata masłowa 20 g,	kompot 200ml BC 200 g, zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto (ryż brązowy) warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1912.82 kcal; Białko: 62.43 g; Węglowodany : 259.67 g; suma cukrów: 56.26 g; Tłuszcz: 83.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.63 g; Błonnik: 35.33 g; : 6.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , _), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u> , _),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 20 g (<u>MLE</u> , _), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , _), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 105.68 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 50.09 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.49 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.29 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , _), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u> , _), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , _), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.46 kcal; Białko: 50.98 g; Węglowodany : 359.33 g; suma cukrów: 115.04 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.18 g; Błonnik: 36.6 g; : 5.77 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , _), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), risotto warzywne BM 300 g (<u>SEL</u> , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u> , _), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , _),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.78 kcal; Białko: 69.57 g; Węglowodany : 268.26 g; suma cukrów: 59 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.1 g; Błonnik: 39.96 g; : 7.12 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL</u> , _), risotto warzywne BM 300 g (<u>SEL</u> , _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u> , _),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.18 kcal; Białko: 74.69 g; Węglowodany : 273.36 g; suma cukrów: 61.45 g; Tłuszcz: 93.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.28 g; Błonnik: 41.92 g; : 7.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 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>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.62 kcal; Białko: 70.96 g; Węglowodany : 339.27 g; suma cukrów: 112.58 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.7 g; Błonnik: 32.28 g; : 7.26 g;

poniedziałek 2024-03-25 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>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.36 kcal; Białko: 60 g; Węglowodany : 306.1 g; suma cukrów: 66.69 g; Tłuszcz: 101.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.57 g; Błonnik: 35.26 g; : 6.04 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), rissoto warzywne BM 300 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.98 kcal; Białko: 66.11 g; Węglowodany : 301.84 g; suma cukrów: 61.22 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.02 g; Błonnik: 35.4 g; : 7.39 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 40 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 25 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa krem z selera 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 150 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 100 g , chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g , pasta z pieczonych warzyw 25 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 20 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1076.47 kcal; Białko: 43.27 g; Węglowodany : 143.99 g; suma cukrów: 28.95 g; Tłuszcz: 42.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.04 g; Błonnik: 14.6 g; : 4.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g, ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 25 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 150 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (<u>SEL</u>), herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 40 g,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 20 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1091.01 kcal; Białko: 43.61 g; Węglowodany : 142.68 g; suma cukrów: 33.02 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.13 g; Błonnik: 14.61 g; : 3.76 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g, sałata masłowa 20 g,	kompot 200ml BC 200 g, zupa krem z selera 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto (ryż brązowy) warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1912.82 kcal; Białko: 62.43 g; Węglowodany : 259.67 g; suma cukrów: 56.26 g; Tłuszcz: 83.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.63 g; Błonnik: 35.33 g; : 6.42 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 50 g, sałata masłowa 20 g, ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.32 kcal; Białko: 80.4 g; Węglowodany : 274.53 g; suma cukrów: 65.69 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.14 g; Błonnik: 33.42 g; : 7.1 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g, chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, sałata lodowa 10 g,	zupa krem z selera 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g,	herbata 200 g, chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 90 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.02 kcal; Białko: 65.86 g; Węglowodany : 275.65 g; suma cukrów: 65.13 g; Tłuszcz: 108.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 49.82 g; Błonnik: 35.8 g; : 7.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 105.68 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 50.09 g; Tłuszcz: 99.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.49 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.29 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne 300 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.46 kcal; Białko: 50.98 g; Węglowodany : 359.33 g; suma cukrów: 115.04 g; Tłuszcz: 83.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.18 g; Błonnik: 36.6 g; : 5.77 g;

poniedziałek 2024-03-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), risotto warzywne BM 300 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.78 kcal; Białko: 69.57 g; Węglowodany : 268.26 g; suma cukrów: 59 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.1 g; Błonnik: 39.96 g; : 7.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-26 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 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 60 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.5 kcal; Białko: 93.95 g; Węglowodany : 294.49 g; suma cukrów: 65.56 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.59 g; Błonnik: 28.55 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 80 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.15 kcal; Białko: 92.4 g; Węglowodany : 315.03 g; suma cukrów: 77.32 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.71 g; Błonnik: 25.86 g; : 8.83 g;

wtorek 2024-03-26 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 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biala 60 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.17 kcal; Białko: 86.85 g; Węglowodany : 350.57 g; suma cukrów: 106.84 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 29.72 g; : 8.36 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883.24 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 239.2 g; suma cukrów: 55.34 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.3 g; Błonnik: 25.78 g; : 8.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26 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>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1826.71 kcal; Białko: 85.24 g; Węglowodany : 235.4 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36 g; Błonnik: 26.4 g; : 7.21 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana 100 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1563.45 kcal; Białko: 75.08 g; Węglowodany : 189.86 g; suma cukrów: 53.15 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.21 g; Błonnik: 22.03 g; : 5.94 g;

wtorek 2024-03-26 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>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.64 kcal; Białko: 96.99 g; Węglowodany : 280.63 g; suma cukrów: 54.9 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.87 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.28 g;

wtorek 2024-03-26 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>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.05 kcal; Białko: 69.11 g; Węglowodany : 323.69 g; suma cukrów: 95.47 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.51 g; Błonnik: 28.66 g; : 6.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.1 kcal; Białko: 112.84 g; Węglowodany : 265.71 g; suma cukrów: 43.08 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.22 g; Błonnik: 21.11 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1366.42 kcal; Białko: 66.61 g; Węglowodany : 221.83 g; suma cukrów: 118.29 g; Tłuszcz: 28.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.94 g; Błonnik: 21.45 g; : 3.06 g;

wtorek 2024-03-26		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 ziemniaczana 400 g (<u>MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 795.94 kcal; Białko: 19.22 g; Węglowodany : 147.9 g; suma cukrów: 108.23 g; Tłuszcz: 17.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.63 g; Błonnik: 15.51 g; : .87 g;

wtorek 2024-03-26		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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL, _</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.17 kcal; Białko: 92.29 g; Węglowodany : 256.04 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.31 g; Błonnik: 32.44 g; : 9.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26 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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	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 ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.38 kcal; Białko: 88.03 g; Węglowodany : 285.35 g; suma cukrów: 60.18 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.91 g; Błonnik: 27.86 g; : 9.31 g;

wtorek 2024-03-26 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 ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g ,	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: 2312.68 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 321.59 g; suma cukrów: 42.98 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.78 g; Błonnik: 24.5 g; : 9.42 g;

wtorek 2024-03-26 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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), sos czosnkowy 50 g (<u>MLE</u>), fritała warzywna 300 g (<u>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>),
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.17 kcal; Białko: 76.75 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 62.16 g; Tłuszcz: 116.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 50.43 g; Błonnik: 28.63 g; : 9.73 g;

wtorek 2024-03-26 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1629.06 kcal; Białko: 93.24 g; Węglowodany : 205.4 g; suma cukrów: 59.33 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.01 g; Błonnik: 20.35 g; : 6.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL,</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.37 kcal; Białko: 92.16 g; Węglowodany : 257.07 g; suma cukrów: 57.98 g; Tłuszcz: 91.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 33.3 g; : 9.26 g;

wtorek 2024-03-26		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.57 kcal; Białko: 94.03 g; Węglowodany : 284.65 g; suma cukrów: 68.76 g; Tłuszcz: 80.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.25 g; Błonnik: 27.02 g; : 9.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-26 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 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 60 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.5 kcal; Białko: 93.95 g; Węglowodany : 294.49 g; suma cukrów: 65.56 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.59 g; Błonnik: 28.55 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 80 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.15 kcal; Białko: 92.4 g; Węglowodany : 315.03 g; suma cukrów: 77.32 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.71 g; Błonnik: 25.86 g; : 8.83 g;

wtorek 2024-03-26 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 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biala 60 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryzowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.17 kcal; Białko: 86.85 g; Węglowodany : 350.57 g; suma cukrów: 106.84 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 29.72 g; : 8.36 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy latwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biala 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883.24 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 239.2 g; suma cukrów: 55.34 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.3 g; Błonnik: 25.78 g; : 8.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1826.71 kcal; Białko: 85.24 g; Węglowodany : 235.4 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36 g; Błonnik: 26.4 g; : 7.21 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 100 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1563.45 kcal; Białko: 75.08 g; Węglowodany : 189.86 g; suma cukrów: 53.15 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.21 g; Błonnik: 22.03 g; : 5.94 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.64 kcal; Białko: 96.99 g; Węglowodany : 280.63 g; suma cukrów: 54.9 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.87 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.28 g;

wtorek 2024-03-26 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,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	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 ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.05 kcal; Białko: 69.11 g; Węglowodany : 323.69 g; suma cukrów: 95.47 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.51 g; Błonnik: 28.66 g; : 6.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.1 kcal; Białko: 112.84 g; Węglowodany : 265.71 g; suma cukrów: 43.08 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.22 g; Błonnik: 21.11 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1366.42 kcal; Białko: 66.61 g; Węglowodany : 221.83 g; suma cukrów: 118.29 g; Tłuszcz: 28.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.94 g; Błonnik: 21.45 g; : 3.06 g;

wtorek 2024-03-26		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 ziemniaczana 400 g (<u>MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 795.94 kcal; Białko: 19.22 g; Węglowodany : 147.9 g; suma cukrów: 108.23 g; Tłuszcz: 17.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.63 g; Błonnik: 15.51 g; : .87 g;

wtorek 2024-03-26		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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL, _</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.17 kcal; Białko: 92.29 g; Węglowodany : 256.04 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.31 g; Błonnik: 32.44 g; : 9.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26 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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	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 ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.38 kcal; Białko: 88.03 g; Węglowodany : 285.35 g; suma cukrów: 60.18 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.91 g; Błonnik: 27.86 g; : 9.31 g;

wtorek 2024-03-26 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 ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g ,	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: 2312.68 kcal; Białko: 99.78 g; Węglowodany : 321.59 g; suma cukrów: 42.98 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.78 g; Błonnik: 24.5 g; : 9.42 g;

wtorek 2024-03-26 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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), sos czosnkowy 50 g (<u>MLE</u>), fritała warzywna 300 g (<u>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>),
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.17 kcal; Białko: 76.75 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 62.16 g; Tłuszcz: 116.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 50.43 g; Błonnik: 28.63 g; : 9.73 g;

wtorek 2024-03-26 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 ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1629.06 kcal; Białko: 93.24 g; Węglowodany : 205.4 g; suma cukrów: 59.33 g; Tłuszcz: 58.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.01 g; Błonnik: 20.35 g; : 6.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL,</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.37 kcal; Białko: 92.16 g; Węglowodany : 257.07 g; suma cukrów: 57.98 g; Tłuszcz: 91.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 33.3 g; : 9.26 g;

wtorek 2024-03-26		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.57 kcal; Białko: 94.03 g; Węglowodany : 284.65 g; suma cukrów: 68.76 g; Tłuszcz: 80.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.25 g; Błonnik: 27.02 g; : 9.61 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE,</u>), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.5 kcal; Białko: 93.95 g; Węglowodany : 294.49 g; suma cukrów: 65.56 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.59 g; Błonnik: 28.55 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 80 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.15 kcal; Białko: 92.4 g; Węglowodany : 315.03 g; suma cukrów: 77.32 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.71 g; Błonnik: 25.86 g; : 8.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26 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 100 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.17 kcal; Białko: 86.85 g; Węglowodany : 350.57 g; suma cukrów: 106.84 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 29.72 g; : 8.36 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883.24 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 239.2 g; suma cukrów: 55.34 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.3 g; Błonnik: 25.78 g; : 8.77 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1826.71 kcal; Białko: 85.24 g; Węglowodany : 235.4 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36 g; Błonnik: 26.4 g; : 7.21 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.64 kcal; Białko: 96.99 g; Węglowodany : 280.63 g; suma cukrów: 54.9 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.87 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.05 kcal; Białko: 69.11 g; Węglowodany : 323.69 g; suma cukrów: 95.47 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.51 g; Błonnik: 28.66 g; : 6.98 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.17 kcal; Białko: 92.29 g; Węglowodany : 256.04 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.31 g; Błonnik: 32.44 g; : 9.08 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (SEL,), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.37 kcal; Białko: 92.16 g; Węglowodany : 257.07 g; suma cukrów: 57.98 g; Tłuszcz: 91.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 33.3 g; : 9.26 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.57 kcal; Białko: 94.03 g; Węglowodany : 284.65 g; suma cukrów: 68.76 g; Tłuszcz: 80.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.25 g; Błonnik: 27.02 g; : 9.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), sos czosnkowy 50 g (<u>MLE</u>), fritata warzywna 300 g (<u>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>),
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.17 kcal; Białko: 76.75 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 62.16 g; Tłuszcz: 116.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 50.43 g; Błonnik: 28.63 g; : 9.73 g;

wtorek 2024-03-26		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	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 ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2192.38 kcal; Białko: 88.03 g; Węglowodany : 285.35 g; suma cukrów: 60.18 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.91 g; Błonnik: 27.86 g; : 9.31 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.5 kcal; Białko: 93.95 g; Węglowodany : 294.49 g; suma cukrów: 65.56 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.59 g; Błonnik: 28.55 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwinowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (<u>MLE, SEL</u>), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.15 kcal; Białko: 92.4 g; Węglowodany : 315.03 g; suma cukrów: 77.32 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.71 g; Błonnik: 25.86 g; : 8.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		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 100 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.17 kcal; Białko: 86.85 g; Węglowodany : 350.57 g; suma cukrów: 106.84 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 29.72 g; : 8.36 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1883.24 kcal; Białko: 89.8 g; Węglowodany : 239.2 g; suma cukrów: 55.34 g; Tłuszcz: 68.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.3 g; Błonnik: 25.78 g; : 8.77 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1826.71 kcal; Białko: 85.24 g; Węglowodany : 235.4 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36 g; Błonnik: 26.4 g; : 7.21 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.64 kcal; Białko: 96.99 g; Węglowodany : 280.63 g; suma cukrów: 54.9 g; Tłuszcz: 64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.87 g; Błonnik: 26.62 g; : 9.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.05 kcal; Białko: 69.11 g; Węglowodany : 323.69 g; suma cukrów: 95.47 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.51 g; Błonnik: 28.66 g; : 6.98 g;

wtorek 2024-03-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 350 g (MLE, SEL,), kasza gryczana 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 200 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.17 kcal; Białko: 92.29 g; Węglowodany : 256.04 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.31 g; Błonnik: 32.44 g; : 9.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-27 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	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: 2149.24 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 269.15 g; suma cukrów: 33.06 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.33 g; Błonnik: 29.27 g; : 7.5 g;

środa 2024-03-27 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.3 kcal; Białko: 115.63 g; Węglowodany : 246.44 g; suma cukrów: 30.53 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.19 g; Błonnik: 25.5 g; : 8.47 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.95 kcal; Białko: 112.14 g; Węglowodany : 274.32 g; suma cukrów: 36.08 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.9 g; Błonnik: 29.8 g; : 8.09 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.14 kcal; Białko: 101.44 g; Węglowodany : 285.99 g; suma cukrów: 54.8 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.34 g; Błonnik: 33.1 g; : 7.52 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.96 kcal; Białko: 100 g; Węglowodany : 271.68 g; suma cukrów: 45.33 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.77 g; Błonnik: 30.96 g; : 7.24 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.73 kcal; Białko: 94 g; Węglowodany : 202.68 g; suma cukrów: 26.45 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.53 g; Błonnik: 23.33 g; : 6.31 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159 kcal; Białko: 121.87 g; Węglowodany : 241.44 g; suma cukrów: 36.97 g; Tłuszcz: 84.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.63 g; Błonnik: 26.02 g; : 9.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.07 kcal; Białko: 88.25 g; Węglowodany : 325.62 g; suma cukrów: 83.52 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.5 g; Błonnik: 30.66 g; : 5.95 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.76 kcal; Białko: 116.33 g; Węglowodany : 257.38 g; suma cukrów: 38.31 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.04 g; Błonnik: 23.49 g; : 8.39 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa koperkowa 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1177.07 kcal; Białko: 65.32 g; Węglowodany : 165.44 g; suma cukrów: 77.99 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 8.3 g; Błonnik: 17.55 g; : 1.71 g;

środa 2024-03-27 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; suma cukrów: 110.23 g; Tłuszcz: 10.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.29 g; Błonnik: 16.92 g; : .92 g;

środa 2024-03-27 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1947.4 kcal; Białko: 106.72 g; Węglowodany : 227.47 g; suma cukrów: 27.7 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.82 g; Błonnik: 33.61 g; : 7.56 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.85 kcal; Białko: 110.88 g; Węglowodany : 255.5 g; suma cukrów: 30.14 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.46 g; Błonnik: 28.09 g; : 8.46 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 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: 2417.75 kcal; Białko: 119.01 g; Węglowodany : 281.63 g; suma cukrów: 38.63 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.68 g; Błonnik: 25.4 g; : 8.71 g;

środa 2024-03-27 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 50 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , ser żółty 40 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 200 g (<u>SEL</u>), zapiekanka makaronowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos 1000wysp 50 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 70 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.87 kcal; Białko: 66.4 g; Węglowodany : 315.11 g; suma cukrów: 60.7 g; Tłuszcz: 99.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.42 g; Błonnik: 29.98 g; : 8.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1695.65 kcal; Białko: 92.19 g; Węglowodany : 230.91 g; suma cukrów: 43.45 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.16 g; Błonnik: 23 g; : 5.78 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.89 kcal; Białko: 114.99 g; Węglowodany : 277.73 g; suma cukrów: 61.6 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.88 g; Błonnik: 34.82 g; : 8.37 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 324.55 g; suma cukrów: 84.99 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.94 g; Błonnik: 29.79 g; : 8.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-27 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	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: 2149.24 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 269.15 g; suma cukrów: 33.06 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.33 g; Błonnik: 29.27 g; : 7.5 g;

środa 2024-03-27 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.3 kcal; Białko: 115.63 g; Węglowodany : 246.44 g; suma cukrów: 30.53 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.19 g; Błonnik: 25.5 g; : 8.47 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 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 koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.95 kcal; Białko: 112.14 g; Węglowodany : 274.32 g; suma cukrów: 36.08 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.9 g; Błonnik: 29.8 g; : 8.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , pasta buraczana BM 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.14 kcal; Białko: 101.44 g; Węglowodany : 285.99 g; suma cukrów: 54.8 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.34 g; Błonnik: 33.1 g; : 7.52 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 140 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 koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.96 kcal; Białko: 100 g; Węglowodany : 271.68 g; suma cukrów: 45.33 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.77 g; Błonnik: 30.96 g; : 7.24 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), 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 koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.73 kcal; Białko: 94 g; Węglowodany : 202.68 g; suma cukrów: 26.45 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.53 g; Błonnik: 23.33 g; : 6.31 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159 kcal; Białko: 121.87 g; Węglowodany : 241.44 g; suma cukrów: 36.97 g; Tłuszcz: 84.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.63 g; Błonnik: 26.02 g; : 9.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.07 kcal; Białko: 88.25 g; Węglowodany : 325.62 g; suma cukrów: 83.52 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.5 g; Błonnik: 30.66 g; : 5.95 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.76 kcal; Białko: 116.33 g; Węglowodany : 257.38 g; suma cukrów: 38.31 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.04 g; Błonnik: 23.49 g; : 8.39 g;

środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa koperkowa 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1177.07 kcal; Białko: 65.32 g; Węglowodany : 165.44 g; suma cukrów: 77.99 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.3 g; Błonnik: 17.55 g; : 1.71 g;

środa 2024-03-27 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; suma cukrów: 110.23 g; Tłuszcz: 10.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.29 g; Błonnik: 16.92 g; : .92 g;

środa 2024-03-27 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1947.4 kcal; Białko: 106.72 g; Węglowodany : 227.47 g; suma cukrów: 27.7 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.82 g; Błonnik: 33.61 g; : 7.56 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.85 kcal; Białko: 110.88 g; Węglowodany : 255.5 g; suma cukrów: 30.14 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.46 g; Błonnik: 28.09 g; : 8.46 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 125 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: 2417.75 kcal; Białko: 119.01 g; Węglowodany : 281.63 g; suma cukrów: 38.63 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.68 g; Błonnik: 25.4 g; : 8.71 g;

środa 2024-03-27		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 50 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , ser żółty 40 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 200 g (<u>SEL</u>), zapiekanka makaronowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos 1000wysp 50 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 70 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.87 kcal; Białko: 66.4 g; Węglowodany : 315.11 g; suma cukrów: 60.7 g; Tłuszcz: 99.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.42 g; Błonnik: 29.98 g; : 8.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1695.65 kcal; Białko: 92.19 g; Węglowodany : 230.91 g; suma cukrów: 43.45 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.16 g; Błonnik: 23 g; : 5.78 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.89 kcal; Białko: 114.99 g; Węglowodany : 277.73 g; suma cukrów: 61.6 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.88 g; Błonnik: 34.82 g; : 8.37 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 120 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.89 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 324.55 g; suma cukrów: 84.99 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.94 g; Błonnik: 29.79 g; : 8.9 g;

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (SEL,), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (MLE,), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1726.89 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 202.51 g; suma cukrów: 32.23 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.91 g; Błonnik: 25.14 g; : 5.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2166.74 kcal; Białko: 103.28 g; Węglowodany : 231.95 g; suma cukrów: 29.11 g; Tłuszcz: 97.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.82 g; Błonnik: 24.46 g; : 7.04 g;

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: 2183.6 kcal; Białko: 102.74 g; Węglowodany : 232.73 g; suma cukrów: 29.82 g; Tłuszcz: 99.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 50.15 g; Błonnik: 24.96 g; : 6.82 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2012.69 kcal; Białko: 97.11 g; Węglowodany : 219.46 g; suma cukrów: 29.09 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.25 g; Błonnik: 25.85 g; : 6.58 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2036.89 kcal; Białko: 95.96 g; Węglowodany : 208.27 g; suma cukrów: 28.87 g; Tłuszcz: 96.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.66 g; Błonnik: 25.01 g; : 6.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 1931.99 kcal; Białko: 98.13 g; Węglowodany : 214.48 g; suma cukrów: 32.56 g; Tłuszcz: 88.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.94 g; Błonnik: 25.97 g; : 6 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.77 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 229.39 g; suma cukrów: 39.29 g; Tłuszcz: 116.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 62.55 g; Błonnik: 25.81 g; : 6.21 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1970.04 kcal; Białko: 101.25 g; Węglowodany : 203.31 g; suma cukrów: 31.99 g; Tłuszcz: 96.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.5 g; Błonnik: 30.74 g; : 6.06 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.24 kcal; Białko: 102.42 g; Węglowodany : 213.31 g; suma cukrów: 30.79 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.11 g; Błonnik: 32.44 g; : 6.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		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; suma cukrów: .63 g; Tłuszcz: 6.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 3.84 g; Błonnik: .55 g; : .32 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , _), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> , _), masło 30 g (<u>MLE</u> , _), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u> , _), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 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 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: 2063.17 kcal; Białko: 44.61 g; Węglowodany : 208.54 g; suma cukrów: 37.89 g; Tłuszcz: 128.76 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 67.37 g; Błonnik: 24.02 g; : 5.08 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , _), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> , _), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u> , _), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: 1961.34 kcal; Białko: 95.29 g; Węglowodany : 207.23 g; suma cukrów: 27.7 g; Tłuszcz: 88.88 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.55 g; Błonnik: 24.07 g; : 6.56 g;

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (<u>SEL</u> , _), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u> , _), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</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: 1726.89 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 202.51 g; suma cukrów: 32.23 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.91 g; Błonnik: 25.14 g; : 5.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2166.74 kcal; Białko: 103.28 g; Węglowodany : 231.95 g; suma cukrów: 29.11 g; Tłuszcz: 97.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.82 g; Błonnik: 24.46 g; : 7.04 g;

środa 2024-03-27		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 koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , 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: 2183.6 kcal; Białko: 102.74 g; Węglowodany : 232.73 g; suma cukrów: 29.82 g; Tłuszcz: 99.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 50.15 g; Błonnik: 24.96 g; : 6.82 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2012.69 kcal; Białko: 97.11 g; Węglowodany : 219.46 g; suma cukrów: 29.09 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.25 g; Błonnik: 25.85 g; : 6.58 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL,</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE,</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb 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: 2036.89 kcal; Białko: 95.96 g; Węglowodany : 208.27 g; suma cukrów: 28.87 g; Tłuszcz: 96.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.66 g; Błonnik: 25.01 g; : 6.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</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: 1931.99 kcal; Białko: 98.13 g; Węglowodany : 214.48 g; suma cukrów: 32.56 g; Tłuszcz: 88.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.94 g; Błonnik: 25.97 g; : 6 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</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: 2127.77 kcal; Białko: 52.83 g; Węglowodany : 229.39 g; suma cukrów: 39.29 g; Tłuszcz: 116.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 62.55 g; Błonnik: 25.81 g; : 6.21 g;

środa 2024-03-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa koperkowa 350 g (<u>SEL</u>), pieczona pałka z kurczaka 140 g , dynia gotowana 150 g , ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</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: 1970.04 kcal; Białko: 101.25 g; Węglowodany : 203.31 g; suma cukrów: 31.99 g; Tłuszcz: 96.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.5 g; Błonnik: 30.74 g; : 6.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), ser żółty 60 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), pasta z makreli 50 g (RYB, GOR, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.62 kcal; Białko: 67.37 g; Węglowodany : 271.74 g; suma cukrów: 80.53 g; Tłuszcz: 116.38 g; Kw. tł. nas. ogółem: 46.07 g; Błonnik: 28.64 g; : 8.43 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE, _), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE, _), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (MLE, SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
---	-------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.98 kcal; Białko: 97.44 g; Węglowodany : 262.45 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.66 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.75 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.98 kcal; Białko: 97.44 g; Węglowodany : 262.45 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.66 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.75 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1702.86 kcal; Białko: 86.31 g; Węglowodany : 206.98 g; suma cukrów: 61.02 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.17 g; Błonnik: 23.78 g; : 6.16 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , herbata 200 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), pasta z makreli 0 g (<u>RYB, GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373 kcal; Białko: 118.22 g; Węglowodany : 254.3 g; suma cukrów: 56.76 g; Tłuszcz: 103.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.64 g; Błonnik: 24.38 g; : 8.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE,), sos truskawkowy 100 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.79 kcal; Białko: 40.48 g; Węglowodany : 323.83 g; suma cukrów: 127.71 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.54 g; Błonnik: 31.76 g; : 5.94 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.29 kcal; Białko: 105.54 g; Węglowodany : 284.36 g; suma cukrów: 40.1 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.54 g; Błonnik: 27.12 g; : 8.77 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 350 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.8 kcal; Białko: 61.14 g; Węglowodany : 229.71 g; suma cukrów: 135.47 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 10.67 g; Błonnik: 31.37 g; : 1.92 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 817.2 kcal; Białko: 19.37 g; Węglowodany : 144.1 g; suma cukrów: 112.01 g; Tłuszcz: 21.88 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.39 g; Błonnik: 17.29 g; : .82 g;

czwartek 2024-03-28 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser żółty 60 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.6 kcal; Białko: 111 g; Węglowodany : 283.86 g; suma cukrów: 67.39 g; Tłuszcz: 87.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.41 g; Błonnik: 39.33 g; : 8.37 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.36 kcal; Białko: 98.87 g; Węglowodany : 317.91 g; suma cukrów: 70.07 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.13 g; Błonnik: 34.77 g; : 8.11 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.29 kcal; Białko: 104.61 g; Węglowodany : 282.54 g; suma cukrów: 39.9 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.52 g; Błonnik: 26.51 g; : 7.63 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), ser żółty 80 g (MLE, _), masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), dżem brzoskwinowy 60 g , sałatka warzywna 200 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.32 kcal; Białko: 51.14 g; Węglowodany : 286.58 g; suma cukrów: 94.39 g; Tłuszcz: 97.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.14 g; Błonnik: 28.56 g; : 6.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1654.83 kcal; Białko: 82.76 g; Węglowodany : 176.35 g; suma cukrów: 33.76 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.29 g; Błonnik: 18.2 g; : 4.8 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (<u>RYB, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.79 kcal; Białko: 107.4 g; Węglowodany : 299.46 g; suma cukrów: 67.25 g; Tłuszcz: 77.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.53 g; Błonnik: 40.85 g; : 8.44 g;

czwartek 2024-03-28		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 drobiowa z kurczaka 80 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), pasta z makreli 50 g (<u>RYB, GOR, _</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.62 kcal; Białko: 67.37 g; Węglowodany : 271.74 g; suma cukrów: 80.53 g; Tłuszcz: 116.38 g; Kw. tł. nas. ogółem: 46.07 g; Błonnik: 28.64 g; : 8.43 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE, _</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE, _</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.98 kcal; Białko: 97.44 g; Węglowodany : 262.45 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.66 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.75 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 300 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2159.98 kcal; Białko: 97.44 g; Węglowodany : 262.45 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.66 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.75 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1702.86 kcal; Białko: 86.31 g; Węglowodany : 206.98 g; suma cukrów: 61.02 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.17 g; Błonnik: 23.78 g; : 6.16 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g , herbata 200 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko z kurczaka 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), pasta z makreli 0 g (<u>RYB, GOR,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373 kcal; Białko: 118.22 g; Węglowodany : 254.3 g; suma cukrów: 56.76 g; Tłuszcz: 103.52 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 48.64 g; Błonnik: 24.38 g; : 8.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE,), sos truskawkowy 100 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.79 kcal; Białko: 40.48 g; Węglowodany : 323.83 g; suma cukrów: 127.71 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.54 g; Błonnik: 31.76 g; : 5.94 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.29 kcal; Białko: 105.54 g; Węglowodany : 284.36 g; suma cukrów: 40.1 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.54 g; Błonnik: 27.12 g; : 8.77 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 350 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1450.8 kcal; Białko: 61.14 g; Węglowodany : 229.71 g; suma cukrów: 135.47 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.67 g; Błonnik: 31.37 g; : 1.92 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 817.2 kcal; Białko: 19.37 g; Węglowodany : 144.1 g; suma cukrów: 112.01 g; Tłuszcz: 21.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.39 g; Błonnik: 17.29 g; : .82 g;

czwartek 2024-03-28 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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser żółty 60 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.6 kcal; Białko: 111 g; Węglowodany : 283.86 g; suma cukrów: 67.39 g; Tłuszcz: 87.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.41 g; Błonnik: 39.33 g; : 8.37 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (RYB, GOR, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.36 kcal; Białko: 98.87 g; Węglowodany : 317.91 g; suma cukrów: 70.07 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.13 g; Błonnik: 34.77 g; : 8.11 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (SEL, _), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.29 kcal; Białko: 104.61 g; Węglowodany : 282.54 g; suma cukrów: 39.9 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.52 g; Błonnik: 26.51 g; : 7.63 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), ser żółty 80 g (MLE, _), masło 20 g (MLE, _), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), dżem brzoskwinowy 60 g , sałatka warzywna 200 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),		Podwieczerek: pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.32 kcal; Białko: 51.14 g; Węglowodany : 286.58 g; suma cukrów: 94.39 g; Tłuszcz: 97.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.14 g; Błonnik: 28.56 g; : 6.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,	
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1654.83 kcal; Białko: 82.76 g; Węglowodany : 176.35 g; suma cukrów: 33.76 g; Tłuszcz: 72.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.29 g; Błonnik: 18.2 g; : 4.8 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , pasta z makreli 0 g (<u>RYB, GOR</u>), pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.79 kcal; Białko: 107.4 g; Węglowodany : 299.46 g; suma cukrów: 67.25 g; Tłuszcz: 77.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.53 g; Błonnik: 40.85 g; : 8.44 g;

czwartek 2024-03-28		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 drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa 350 g (<u>MLE, SEL</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827.18 kcal; Białko: 62.67 g; Węglowodany : 214.69 g; suma cukrów: 48.57 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.05 g; Błonnik: 17.53 g; : 7.03 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretki malinowa 150 g , galaretki malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1739.59 kcal; Białko: 71.61 g; Węglowodany : 229.57 g; suma cukrów: 73.77 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.51 g; Błonnik: 27.58 g; : 7.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.7 kcal; Białko: 84.41 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 70.65 g; Tłuszcz: 99.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.1 g; Błonnik: 26.9 g; : 8.49 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.2 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 245.38 g; suma cukrów: 70.52 g; Tłuszcz: 99.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.03 g; Błonnik: 26.22 g; : 8.21 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.65 kcal; Białko: 78.25 g; Węglowodany : 246.47 g; suma cukrów: 70.63 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.53 g; Błonnik: 28.29 g; : 8.03 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.85 kcal; Białko: 77.1 g; Węglowodany : 235.28 g; suma cukrów: 70.41 g; Tłuszcz: 98.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.94 g; Błonnik: 27.45 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.69 kcal; Białko: 73.27 g; Węglowodany : 241.53 g; suma cukrów: 74.1 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.55 g; Błonnik: 28.41 g; : 7.43 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.68 kcal; Białko: 56.24 g; Węglowodany : 227.8 g; suma cukrów: 77.64 g; Tłuszcz: 131.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 61.32 g; Błonnik: 23.78 g; : 5.99 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.74 kcal; Białko: 76.39 g; Węglowodany : 230.37 g; suma cukrów: 73.53 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 41.1 g; Błonnik: 33.18 g; : 7.48 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.19 kcal; Białko: 77.75 g; Węglowodany : 239.46 g; suma cukrów: 72.67 g; Tłuszcz: 96.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.91 g; Błonnik: 34.8 g; : 7.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
	sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		dżem brzoskwinowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 111.98 kcal; Białko: .76 g; Węglowodany : 21.61 g; suma cukrów: 17.83 g; Tłuszcz: 2.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 1.73 g; Błonnik: .83 g; : .19 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 30 g (<u>MLE</u> , , jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , , pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , , pieczona cukinia 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , masło 30 g (<u>MLE</u> , , ser fromage 50 g (<u>MLE</u> , , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.09 kcal; Białko: 44.89 g; Węglowodany : 247.64 g; suma cukrów: 76.2 g; Tłuszcz: 147.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 70.14 g; Błonnik: 25.53 g; : 4.33 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u> , , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u> ,) , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> , , pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u> , , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u> , , margaryna 30 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2065.55 kcal; Białko: 76.62 g; Węglowodany : 233.33 g; suma cukrów: 69.58 g; Tłuszcz: 97.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.03 g; Błonnik: 26.43 g; : 8.02 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u> , , gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u> , , pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u> , , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , , chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u> ,) , masło 10 g (<u>MLE</u> , , szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g , galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1739.59 kcal; Białko: 71.61 g; Węglowodany : 229.57 g; suma cukrów: 73.77 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.51 g; Błonnik: 27.58 g; : 7.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.7 kcal; Białko: 84.41 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 70.65 g; Tłuszcz: 99.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.1 g; Błonnik: 26.9 g; : 8.49 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.2 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 245.38 g; suma cukrów: 70.52 g; Tłuszcz: 99.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.03 g; Błonnik: 26.22 g; : 8.21 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.65 kcal; Białko: 78.25 g; Węglowodany : 246.47 g; suma cukrów: 70.63 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.53 g; Błonnik: 28.29 g; : 8.03 g;

czwartek 2024-03-28		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (MLE,), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.85 kcal; Białko: 77.1 g; Węglowodany : 235.28 g; suma cukrów: 70.41 g; Tłuszcz: 98.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.94 g; Błonnik: 27.45 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.69 kcal; Białko: 73.27 g; Węglowodany : 241.53 g; suma cukrów: 74.1 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.55 g; Błonnik: 28.41 g; : 7.43 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.68 kcal; Białko: 56.24 g; Węglowodany : 227.8 g; suma cukrów: 77.64 g; Tłuszcz: 131.23 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 61.32 g; Błonnik: 23.78 g; : 5.99 g;

czwartek 2024-03-28		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), gulasz drobiowy biały (lekkostrawny) 200 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , polenta 250 g (<u>MLE</u>), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: galaretką malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.74 kcal; Białko: 76.39 g; Węglowodany : 230.37 g; suma cukrów: 73.53 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 41.1 g; Błonnik: 33.18 g; : 7.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 100 g (GLU, JAJ, RYB, MIE,), surówka z kapusty białej 150 g (GOR,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.51 kcal; Białko: 84.51 g; Węglowodany : 313.93 g; suma cukrów: 50.82 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.53 g; Błonnik: 30.33 g; : 6.57 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.36 kcal; Białko: 102.6 g; Węglowodany : 271.19 g; suma cukrów: 47.2 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.52 g; Błonnik: 28.02 g; : 7.68 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 200 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.16 kcal; Białko: 103.83 g; Węglowodany : 278.42 g; suma cukrów: 51.36 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.21 g; Błonnik: 30.84 g; : 7.84 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.76 kcal; Białko: 95.48 g; Węglowodany : 267.95 g; suma cukrów: 67.74 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.41 g; Błonnik: 33.24 g; : 6.99 g;

piątek 2024-03-29	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 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
--	---	---

II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.13 kcal; Białko: 92.22 g; Węglowodany : 255.21 g; suma cukrów: 60.37 g; Tłuszcz: 84.78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.99 g; Błonnik: 31.69 g; : 6.85 g;

piątek 2024-03-29	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 krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
---	--	--

II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1744.7 kcal; Białko: 75.27 g; Węglowodany : 195.52 g; suma cukrów: 46.15 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.82 g; Błonnik: 25.12 g; : 6.09 g;

piątek 2024-03-29	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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
---	--	--

II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.81 kcal; Białko: 109.9 g; Węglowodany : 261.27 g; suma cukrów: 36.36 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 26.83 g; : 8.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), sos koperkowy 30 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>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,			
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.01 kcal; Białko: 77.26 g; Węglowodany : 347.28 g; suma cukrów: 103.29 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.71 g; Błonnik: 34.14 g; : 6.21 g;

piątek 2024-03-29			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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 250 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.66 kcal; Białko: 95.26 g; Węglowodany : 261.72 g; suma cukrów: 36.98 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.6 g; Błonnik: 23.48 g; : 8.09 g;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,			
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 250 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1295.69 kcal; Białko: 54.2 g; Węglowodany : 196.53 g; suma cukrów: 98.59 g; Tłuszcz: 37.04 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 7.87 g; Błonnik: 21.15 g; : 2.07 g;

piątek 2024-03-29			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 krupnik z kaszą jaglaną 400 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 250 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 858.64 kcal; Białko: 27.9 g; Węglowodany : 150.41 g; suma cukrów: 110.22 g; Tłuszcz: 19.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.81 g; Błonnik: 17.46 g; : 1.01 g;

piątek 2024-03-29			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 z brzoskwiń 250 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , <u> </u>), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL , <u> </u>), serek granii 100 g (MLE , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.41 kcal; Białko: 110.12 g; Węglowodany : 259.82 g; suma cukrów: 47.95 g; Tłuszcz: 91.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.96 g; Błonnik: 37.4 g; : 8.43 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIE , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (SEL , <u> </u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 105 g (GLU , <u> </u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.63 kcal; Białko: 92.85 g; Węglowodany : 282.76 g; suma cukrów: 48.38 g; Tłuszcz: 98.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.54 g; Błonnik: 31.29 g; : 8.58 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , <u> </u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIE , <u> </u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU , <u> </u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.71 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 301.79 g; suma cukrów: 50.49 g; Tłuszcz: 105.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.52 g; Błonnik: 25.39 g; : 8.2 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), serek granii 100 g (MLE , <u> </u>), pomidor 100 g ,	surówka z kapusty białej 150 g (GOR , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g (GLU , MLE , SEL , <u> </u>),	chleb razowy 105 g (GLU , <u> </u>), masło 20 g (MLE , <u> </u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>),	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.61 kcal; Białko: 64.49 g; Węglowodany : 332.69 g; suma cukrów: 87.19 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.05 g; Błonnik: 31.7 g; : 4.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1707.64 kcal; Białko: 80.75 g; Węglowodany : 218.45 g; suma cukrów: 63.41 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.55 g; Błonnik: 24.69 g; : 6.09 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.71 kcal; Białko: 94.68 g; Węglowodany : 291.55 g; suma cukrów: 81.13 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.02 g; Błonnik: 37.4 g; : 8.11 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.16 kcal; Białko: 92.98 g; Węglowodany : 293.87 g; suma cukrów: 68.81 g; Tłuszcz: 71.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.22 g; Błonnik: 31.24 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , paluszki rybne 100 g (GLU, JAJ, RYB, MIE,), surówka z kapusty białej 150 g (GOR,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.51 kcal; Białko: 84.51 g; Węglowodany : 313.93 g; suma cukrów: 50.82 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.53 g; Błonnik: 30.33 g; : 6.57 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.36 kcal; Białko: 102.6 g; Węglowodany : 271.19 g; suma cukrów: 47.2 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.52 g; Błonnik: 28.02 g; : 7.68 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 200 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.16 kcal; Białko: 103.83 g; Węglowodany : 278.42 g; suma cukrów: 51.36 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.21 g; Błonnik: 30.84 g; : 7.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.76 kcal; Białko: 95.48 g; Węglowodany : 267.95 g; suma cukrów: 67.74 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.41 g; Błonnik: 33.24 g; : 6.99 g;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.13 kcal; Białko: 92.22 g; Węglowodany : 255.21 g; suma cukrów: 60.37 g; Tłuszcz: 84.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.99 g; Błonnik: 31.69 g; : 6.85 g;

piątek 2024-03-29 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 krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1744.7 kcal; Białko: 75.27 g; Węglowodany : 195.52 g; suma cukrów: 46.15 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.82 g; Błonnik: 25.12 g; : 6.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.81 kcal; Białko: 109.9 g; Węglowodany : 261.27 g; suma cukrów: 36.36 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 26.83 g; : 8.24 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.01 kcal; Białko: 77.26 g; Węglowodany : 347.28 g; suma cukrów: 103.29 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.71 g; Błonnik: 34.14 g; : 6.21 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.66 kcal; Białko: 95.26 g; Węglowodany : 261.72 g; suma cukrów: 36.98 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.6 g; Błonnik: 23.48 g; : 8.09 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIĘ,), pieczone warzywa 150 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: mus z brzoskwiń 250 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1295.69 kcal; Białko: 54.2 g; Węglowodany : 196.53 g; suma cukrów: 98.59 g; Tłuszcz: 37.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.87 g; Błonnik: 21.15 g; : 2.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE ,), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g (SEL ,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 858.64 kcal; Białko: 27.9 g; Węglowodany : 150.41 g; suma cukrów: 110.22 g; Tłuszcz: 19.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.81 g; Błonnik: 17.46 g; : 1.01 g;

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU , SEL ,),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

piątek 2024-03-29		
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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIE ,), pieczone warzywa 150 g (SEL ,), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL ,), serek granii 100 g (MLE ,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE ,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.41 kcal; Białko: 110.12 g; Węglowodany : 259.82 g; suma cukrów: 47.95 g; Tłuszcz: 91.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.96 g; Błonnik: 37.4 g; : 8.43 g;

piątek 2024-03-29		
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 krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL ,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB , SEL , MIE ,), pieczone warzywa 150 g (SEL ,), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU ,), chleb razowy 105 g (GLU ,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.63 kcal; Białko: 92.85 g; Węglowodany : 282.76 g; suma cukrów: 48.38 g; Tłuszcz: 98.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.54 g; Błonnik: 31.29 g; : 8.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 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 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.71 kcal; Białko: 100.02 g; Węglowodany : 301.79 g; suma cukrów: 50.49 g; Tłuszcz: 105.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.52 g; Błonnik: 25.39 g; : 8.2 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), serek grani 100 g (MLE,), pomidor 100 g ,	surówka z kapusty białej 150 g (GOR,), kompoc 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 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,), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,),
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.61 kcal; Białko: 64.49 g; Węglowodany : 332.69 g; suma cukrów: 87.19 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.05 g; Błonnik: 31.7 g; : 4.74 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	kompoc 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1707.64 kcal; Białko: 80.75 g; Węglowodany : 218.45 g; suma cukrów: 63.41 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.55 g; Błonnik: 24.69 g; : 6.09 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompoc 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.71 kcal; Białko: 94.68 g; Węglowodany : 291.55 g; suma cukrów: 81.13 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.02 g; Błonnik: 37.4 g; : 8.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 200 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.16 kcal; Białko: 92.98 g; Węglowodany : 293.87 g; suma cukrów: 68.81 g; Tłuszcz: 71.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.22 g; Błonnik: 31.24 g; : 7.84 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 40 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.51 kcal; Białko: 85.3 g; Węglowodany : 250.97 g; suma cukrów: 56.48 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.97 g; Błonnik: 31.75 g; : 6.47 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka biała 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filet z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko: 91.99 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 53.22 g; Tłuszcz: 104.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.01 g; Błonnik: 29.48 g; : 7.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.26 kcal; Białko: 89.86 g; Węglowodany : 254.26 g; suma cukrów: 53.09 g; Tłuszcz: 103.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.94 g; Błonnik: 28.81 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.66 kcal; Białko: 85.86 g; Węglowodany : 255.55 g; suma cukrów: 53.34 g; Tłuszcz: 95.72 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.44 g; Błonnik: 30.94 g; : 7.22 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.86 kcal; Białko: 84.71 g; Węglowodany : 244.36 g; suma cukrów: 53.12 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.85 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.02 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filec z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko: 85.78 g; Węglowodany : 251.48 g; suma cukrów: 56.81 g; Tłuszcz: 93.57 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.93 g; Błonnik: 31.06 g; : 6.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.23 kcal; Białko: 60.93 g; Węglowodany : 263.98 g; suma cukrów: 62.73 g; Tłuszcz: 138.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 60.35 g; Błonnik: 30.08 g; : 6.87 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko: 88.9 g; Węglowodany : 240.31 g; suma cukrów: 56.24 g; Tłuszcz: 102.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.49 g; Błonnik: 35.83 g; : 6.85 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.51 kcal; Białko: 90.26 g; Węglowodany : 249.4 g; suma cukrów: 55.38 g; Tłuszcz: 101.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.29 g; Błonnik: 37.45 g; : 7.22 g;

piątek 2024-03-29		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; suma cukrów: .38 g; Tłuszcz: 2.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 1.71 g; Błonnik: .43 g; : .19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), 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>), pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.49 kcal; Białko: 64.42 g; Węglowodany : 243.26 g; suma cukrów: 61.23 g; Tłuszcz: 154.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 69.66 g; Błonnik: 28.21 g; : 6.04 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany fileć z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.56 kcal; Białko: 84.23 g; Węglowodany : 242.41 g; suma cukrów: 52.29 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.94 g; Błonnik: 29.08 g; : 7.2 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Podstawowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany fileć z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 40 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.51 kcal; Białko: 85.3 g; Węglowodany : 250.97 g; suma cukrów: 56.48 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.97 g; Błonnik: 31.75 g; : 6.47 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 125 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL</u>), gotowany fileć z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko: 91.99 g; Węglowodany : 267.84 g; suma cukrów: 53.22 g; Tłuszcz: 104.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.01 g; Błonnik: 29.48 g; : 7.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.26 kcal; Białko: 89.86 g; Węglowodany : 254.26 g; suma cukrów: 53.09 g; Tłuszcz: 103.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.94 g; Błonnik: 28.81 g; : 7.4 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.66 kcal; Białko: 85.86 g; Węglowodany : 255.55 g; suma cukrów: 53.34 g; Tłuszcz: 95.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.44 g; Błonnik: 30.94 g; : 7.22 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.86 kcal; Białko: 84.71 g; Węglowodany : 244.36 g; suma cukrów: 53.12 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.85 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.02 g;

piątek 2024-03-29		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 krupnik z kaszą jaglaną 350 g (SEL,), gotowany filec z dorsza 100 g (RYB, SEL, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczerek: smoothie jabłkowe 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko: 85.78 g; Węglowodany : 251.48 g; suma cukrów: 56.81 g; Tłuszcz: 93.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.93 g; Błonnik: 31.06 g; : 6.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), masło 30 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.23 kcal; Białko: 60.93 g; Węglowodany : 263.98 g; suma cukrów: 62.73 g; Tłuszcz: 138.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 60.35 g; Błonnik: 30.08 g; : 6.87 g;

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g (<u>SEL,</u>), gotowany filet z dorsza 100 g (<u>RYB, SEL, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kompot 200ml 200 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.06 kcal; Białko: 88.9 g; Węglowodany : 240.31 g; suma cukrów: 56.24 g; Tłuszcz: 102.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.49 g; Błonnik: 35.83 g; : 6.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , ser żółty 40 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 40 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pasta z tuńczyka 50 g (GOR,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.44 kcal; Białko: 100.76 g; Węglowodany : 282.72 g; suma cukrów: 65.78 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.06 g; Błonnik: 30.36 g; : 8.86 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.85 kcal; Białko: 104.7 g; Węglowodany : 278.36 g; suma cukrów: 80.84 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.78 g; Błonnik: 20.92 g; : 7.96 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 200 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.98 kcal; Białko: 102.72 g; Węglowodany : 283.57 g; suma cukrów: 84.7 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.15 g; Błonnik: 22.64 g; : 7.59 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta BC 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.88 kcal; Białko: 99.19 g; Węglowodany : 253.92 g; suma cukrów: 68.31 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.45 g; Błonnik: 29.58 g; : 7.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30 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 marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.13 kcal; Białko: 90.83 g; Węglowodany : 255.28 g; suma cukrów: 66.97 g; Tłuszcz: 75.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.37 g; Błonnik: 30.18 g; : 6.82 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1703.83 kcal; Białko: 85.09 g; Węglowodany : 216.58 g; suma cukrów: 83.23 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.87 g; Błonnik: 23.14 g; : 5.96 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.39 kcal; Białko: 104.67 g; Węglowodany : 283.36 g; suma cukrów: 87.63 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.28 g; Błonnik: 24.16 g; : 7.54 g;

sobota 2024-03-30 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 marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</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>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.34 kcal; Białko: 79.21 g; Węglowodany : 324.46 g; suma cukrów: 106.57 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.54 g; Błonnik: 26.8 g; : 5.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
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 marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.38 kcal; Białko: 105.3 g; Węglowodany : 258.86 g; suma cukrów: 36.24 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.36 g; Błonnik: 20.73 g; : 7.88 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , koktajl mleczno bananowy 250 g (MLE,),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1514.57 kcal; Białko: 74.96 g; Węglowodany : 224.42 g; suma cukrów: 131.32 g; Tłuszcz: 39.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.72 g; Błonnik: 19.89 g; : 2.08 g;

sobota 2024-03-30		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 BM 400 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 861.58 kcal; Białko: 21.14 g; Węglowodany : 153.14 g; suma cukrów: 112.04 g; Tłuszcz: 22.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.62 g; Błonnik: 19.49 g; : .98 g;

sobota 2024-03-30		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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), ryż brązowy 200 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.67 kcal; Białko: 95.91 g; Węglowodany : 290.87 g; suma cukrów: 89.71 g; Tłuszcz: 84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.37 g; Błonnik: 37.51 g; : 7.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: panacotta BM 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.94 kcal; Białko: 93.93 g; Węglowodany : 305.37 g; suma cukrów: 86.78 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.18 g; Błonnik: 30.4 g; : 7.79 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.19 kcal; Białko: 99.56 g; Węglowodany : 323.75 g; suma cukrów: 84.38 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.47 g; Błonnik: 23.44 g; : 6.85 g;

sobota 2024-03-30 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>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u>), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.91 kcal; Białko: 60.78 g; Węglowodany : 331.21 g; suma cukrów: 93.51 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.91 g; Błonnik: 33.44 g; : 5.78 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 100 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1690.28 kcal; Białko: 98.88 g; Węglowodany : 207.53 g; suma cukrów: 71.82 g; Tłuszcz: 55.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 19.49 g; : 6.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.23 kcal; Białko: 93.35 g; Węglowodany : 273.64 g; suma cukrów: 89.53 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.56 g; Błonnik: 33.3 g; : 7.67 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 250 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , szynka konserwowa 80 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.18 kcal; Białko: 103.02 g; Węglowodany : 302.3 g; suma cukrów: 98.8 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.52 g; Błonnik: 24.9 g; : 8.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 40 g , ser żółty 40 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 40 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , pasta z tuńczyka 50 g (GOR,),
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.44 kcal; Białko: 100.76 g; Węglowodany : 282.72 g; suma cukrów: 65.78 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.06 g; Błonnik: 30.36 g; : 8.86 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.85 kcal; Białko: 104.7 g; Węglowodany : 278.36 g; suma cukrów: 80.84 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.78 g; Błonnik: 20.92 g; : 7.96 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 200 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.98 kcal; Białko: 102.72 g; Węglowodany : 283.57 g; suma cukrów: 84.7 g; Tłuszcz: 68.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.15 g; Błonnik: 22.64 g; : 7.59 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (SEL,), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: panacotta BC 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.88 kcal; Białko: 99.19 g; Węglowodany : 253.92 g; suma cukrów: 68.31 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.45 g; Błonnik: 29.58 g; : 7.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30 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 marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2000.13 kcal; Białko: 90.83 g; Węglowodany : 255.28 g; suma cukrów: 66.97 g; Tłuszcz: 75.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.37 g; Błonnik: 30.18 g; : 6.82 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 80 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1703.83 kcal; Białko: 85.09 g; Węglowodany : 216.58 g; suma cukrów: 83.23 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.87 g; Błonnik: 23.14 g; : 5.96 g;

sobota 2024-03-30 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 , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.39 kcal; Białko: 104.67 g; Węglowodany : 283.36 g; suma cukrów: 87.63 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.28 g; Błonnik: 24.16 g; : 7.54 g;

sobota 2024-03-30 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 marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</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>), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.34 kcal; Białko: 79.21 g; Węglowodany : 324.46 g; suma cukrów: 106.57 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.54 g; Błonnik: 26.8 g; : 5.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
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 marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.38 kcal; Białko: 105.3 g; Węglowodany : 258.86 g; suma cukrów: 36.24 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.36 g; Błonnik: 20.73 g; : 7.88 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , koktajl mleczno bananowy 250 g (MLE,),	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1514.57 kcal; Białko: 74.96 g; Węglowodany : 224.42 g; suma cukrów: 131.32 g; Tłuszcz: 39.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.72 g; Błonnik: 19.89 g; : 2.08 g;

sobota 2024-03-30		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 BM 400 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 861.58 kcal; Białko: 21.14 g; Węglowodany : 153.14 g; suma cukrów: 112.04 g; Tłuszcz: 22.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.62 g; Błonnik: 19.49 g; : .98 g;

sobota 2024-03-30		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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), ryż brązowy 200 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2229.67 kcal; Białko: 95.91 g; Węglowodany : 290.87 g; suma cukrów: 89.71 g; Tłuszcz: 84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.37 g; Błonnik: 37.51 g; : 7.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczerek: panacotta BM 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.94 kcal; Białko: 93.93 g; Węglowodany : 305.37 g; suma cukrów: 86.78 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.18 g; Błonnik: 30.4 g; : 7.79 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2283.19 kcal; Białko: 99.56 g; Węglowodany : 323.75 g; suma cukrów: 84.38 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.47 g; Błonnik: 23.44 g; : 6.85 g;

sobota 2024-03-30 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>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , sos warzywny z pomidorami (bolński wege) 200 g (<u>SEL</u>), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.91 kcal; Białko: 60.78 g; Węglowodany : 331.21 g; suma cukrów: 93.51 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.91 g; Błonnik: 33.44 g; : 5.78 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , sałata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 100 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1690.28 kcal; Białko: 98.88 g; Węglowodany : 207.53 g; suma cukrów: 71.82 g; Tłuszcz: 55.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 19.49 g; : 6.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 200 g ,		Podwieczorek: panacotta BM 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.23 kcal; Białko: 93.35 g; Węglowodany : 273.64 g; suma cukrów: 89.53 g; Tłuszcz: 90.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.56 g; Błonnik: 33.3 g; : 7.67 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 250 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiinowy 50 g , szynka konserwowa 80 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.18 kcal; Białko: 103.02 g; Węglowodany : 302.3 g; suma cukrów: 98.8 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.52 g; Błonnik: 24.9 g; : 8.06 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 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 konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.87 kcal; Białko: 85 g; Węglowodany : 297.81 g; suma cukrów: 130.42 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 27.31 g; : 5.91 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,	
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.18 kcal; Białko: 97.04 g; Węglowodany : 293.76 g; suma cukrów: 95.62 g; Tłuszcz: 97.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.32 g; Błonnik: 23.83 g; : 7.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.68 kcal; Białko: 94.92 g; Węglowodany : 280.19 g; suma cukrów: 95.49 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.24 g; Błonnik: 23.15 g; : 7.03 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.13 kcal; Białko: 90.88 g; Węglowodany : 281.27 g; suma cukrów: 95.6 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.75 g; Błonnik: 25.22 g; : 6.85 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.33 kcal; Białko: 89.73 g; Węglowodany : 270.08 g; suma cukrów: 95.38 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.16 g; Błonnik: 24.38 g; : 6.65 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.17 kcal; Białko: 85.9 g; Węglowodany : 276.34 g; suma cukrów: 99.07 g; Tłuszcz: 86.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.76 g; Błonnik: 25.34 g; : 6.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), pierogi z truskawkami 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 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 konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.75 kcal; Białko: 65.36 g; Węglowodany : 286.65 g; suma cukrów: 103.4 g; Tłuszcz: 128.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 59.21 g; Błonnik: 23.07 g; : 6.33 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.22 kcal; Białko: 89.02 g; Węglowodany : 265.17 g; suma cukrów: 98.5 g; Tłuszcz: 95.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.32 g; Błonnik: 30.11 g; : 6.3 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.67 kcal; Białko: 90.38 g; Węglowodany : 274.26 g; suma cukrów: 97.64 g; Tłuszcz: 94.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.12 g; Błonnik: 31.73 g; : 6.67 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
		dżem brzoskwinowy 50 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 76 kcal; Białko: .15 g; Węglowodany : 18.95 g; suma cukrów: 17.45 g; Tłuszcz: .05 g; Kw. tł. nas. ogółem: .02 g; Błonnik: .4 g; : 0 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.15 kcal; Białko: 54.42 g; Węglowodany : 267.79 g; suma cukrów: 104.94 g; Tłuszcz: 151.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 72.42 g; Błonnik: 23.5 g; : 4.49 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.03 kcal; Białko: 89.25 g; Węglowodany : 268.14 g; suma cukrów: 94.55 g; Tłuszcz: 95.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.24 g; Błonnik: 23.36 g; : 6.83 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 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 konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g , smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2055.87 kcal; Białko: 85 g; Węglowodany : 297.81 g; suma cukrów: 130.42 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.31 g; Błonnik: 27.31 g; : 5.91 g;

sobota 2024-03-30		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 marchewkowa krem BM 350 g (<u>SEL</u>), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (<u>SEL</u>), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 30 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.18 kcal; Białko: 97.04 g; Węglowodany : 293.76 g; suma cukrów: 95.62 g; Tłuszcz: 97.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.32 g; Błonnik: 23.83 g; : 7.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata masłowa 10 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.68 kcal; Białko: 94.92 g; Węglowodany : 280.19 g; suma cukrów: 95.49 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.24 g; Błonnik: 23.15 g; : 7.03 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 40 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.13 kcal; Białko: 90.88 g; Węglowodany : 281.27 g; suma cukrów: 95.6 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.75 g; Błonnik: 25.22 g; : 6.85 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2262.33 kcal; Białko: 89.73 g; Węglowodany : 270.08 g; suma cukrów: 95.38 g; Tłuszcz: 96.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.16 g; Błonnik: 24.38 g; : 6.65 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 10 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,		Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.17 kcal; Białko: 85.9 g; Węglowodany : 276.34 g; suma cukrów: 99.07 g; Tłuszcz: 86.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.76 g; Błonnik: 25.34 g; : 6.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.75 kcal; Białko: 65.36 g; Węglowodany : 286.65 g; suma cukrów: 103.4 g; Tłuszcz: 128.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 59.21 g; Błonnik: 23.07 g; : 6.33 g;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 30 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , ketchup 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	zupa marchewkowa krem BM 350 g (SEL,), kurczak w potrawce łatwostrawne 150 g (SEL,), pieczona cukinia 150 g , ryż 150 g , kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 90 g , masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie bananowe 250 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.22 kcal; Białko: 89.02 g; Węglowodany : 265.17 g; suma cukrów: 98.5 g; Tłuszcz: 95.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.32 g; Błonnik: 30.11 g; : 6.3 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt, masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, sałata masłowa 20 g, majonez 15 g, szynka z indyka 40 g, herbata 200 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 150 g, karkówka pieczona 120 g, gotowany brokuł 150 g, sos pieczeniowy 50 g (<u>GLU, SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR</u>), ogórek zielony 50 g, szynka drobiowa z kurczaka 40 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.96 kcal; Białko: 95.83 g; Węglowodany : 231.7 g; suma cukrów: 54.15 g; Tłuszcz: 122 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.23 g; Błonnik: 26.52 g; : 7.34 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 60 g, dżem brzoskwiniowy 50 g, dynia pieczona 50 g, sałata masłowa 20 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.43 kcal; Białko: 101.63 g; Węglowodany : 275.34 g; suma cukrów: 72.03 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.38 g; Błonnik: 22.53 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 40 g, dynia pieczona 100 g, sałata masłowa 20 g, dżem brzoskwiniowy 100 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.4 kcal; Białko: 99.36 g; Węglowodany : 304.24 g; suma cukrów: 93.52 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.15 g; Błonnik: 26.01 g; : 7.38 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka z indyka 80 g, masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, sałata masłowa 20 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 90 g, ogórek zielony 100 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: gruszka 150 g,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861.66 kcal; Białko: 100.09 g; Węglowodany : 208.86 g; suma cukrów: 54.98 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.94 g; Błonnik: 27.27 g; : 7.33 g;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), kasza bulgur 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1809.98 kcal; Białko: 96.93 g; Węglowodany : 192.94 g; suma cukrów: 40.38 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.05 g; Błonnik: 25.43 g; : 6.21 g;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), kasza bulgur 100 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 100 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1534.52 kcal; Białko: 83.28 g; Węglowodany : 156.47 g; suma cukrów: 49.21 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.4 g; Błonnik: 21.11 g; : 4.38 g;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), szynka z indyka 80 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.09 kcal; Białko: 116.95 g; Węglowodany : 229.41 g; suma cukrów: 31.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.52 g; Błonnik: 21.07 g; : 8.11 g;

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka z indyka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), kasza bulgur 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2025.43 kcal; Białko: 79.11 g; Węglowodany : 280.11 g; suma cukrów: 96.5 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.18 g; Błonnik: 25.81 g; : 6.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka z indyka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 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 gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.69 kcal; Białko: 110.88 g; Węglowodany : 266.95 g; suma cukrów: 45.44 g; Tłuszcz: 97.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.61 g; Błonnik: 22.71 g; : 8.37 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / pakowata	
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	zupa rosolnik 350 g (<u>SEL, _</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1404.62 kcal; Białko: 70.08 g; Węglowodany : 214.35 g; suma cukrów: 114.75 g; Tłuszcz: 33.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.56 g; Błonnik: 16.51 g; : 2.24 g;

niedziela 2024-03-31		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 rosolnik 400 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 723.74 kcal; Białko: 19.11 g; Węglowodany : 145.72 g; suma cukrów: 111 g; Tłuszcz: 10.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.32 g; Błonnik: 17.81 g; : .98 g;

niedziela 2024-03-31		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; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.61 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 240.43 g; suma cukrów: 49.1 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.36 g; Błonnik: 32.3 g; : 7.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092 kcal; Białko: 94.03 g; Węglowodany : 230.61 g; suma cukrów: 49.67 g; Tłuszcz: 93.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.12 g; Błonnik: 24.14 g; : 7.9 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.17 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 301.13 g; suma cukrów: 57.83 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.37 g; Błonnik: 24.06 g; : 7.75 g;

niedziela 2024-03-31		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.62 kcal; Białko: 61.67 g; Węglowodany : 334.61 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.25 g; Błonnik: 33.18 g; : 7.11 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 60 g , sałata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1570.63 kcal; Białko: 88.64 g; Węglowodany : 200.4 g; suma cukrów: 62.47 g; Tłuszcz: 50.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.47 g; Błonnik: 21.57 g; : 5.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.81 kcal; Białko: 101.83 g; Węglowodany : 241.86 g; suma cukrów: 49.72 g; Tłuszcz: 106.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.42 g; Błonnik: 33.16 g; : 7.91 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.84 kcal; Białko: 107.56 g; Węglowodany : 267.88 g; suma cukrów: 62.09 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.75 g; Błonnik: 25.29 g; : 8.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), jajko gotowane 1 szt, masło 20 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, sałata masłowa 20 g, majonez 15 g, szynka z indyka 40 g, herbata 200 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 250 g (<u>SEL, _</u>), kasza bulgur 150 g, karkówka pieczona 120 g, gotowany brokuł 150 g, sos pieczeniowy 50 g (<u>GLU, SEL, _</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR, _</u>), ogórek zielony 50 g, szynka drobiowa z kurczaka 40 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.96 kcal; Białko: 95.83 g; Węglowodany : 231.7 g; suma cukrów: 54.15 g; Tłuszcz: 122 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.23 g; Błonnik: 26.52 g; : 7.34 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka z indyka 60 g, dżem brzoskwinowy 50 g, dynia pieczona 50 g, sałata masłowa 20 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 60 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.43 kcal; Białko: 101.63 g; Węglowodany : 275.34 g; suma cukrów: 72.03 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.38 g; Błonnik: 22.53 g; : 7.49 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), szynka z indyka 40 g, dynia pieczona 100 g, sałata masłowa 20 g, dżem brzoskwinowy 100 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 120 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 60 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.4 kcal; Białko: 99.36 g; Węglowodany : 304.24 g; suma cukrów: 93.52 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.15 g; Błonnik: 26.01 g; : 7.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka z indyka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861.66 kcal; Białko: 100.09 g; Węglowodany : 208.86 g; suma cukrów: 54.98 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.94 g; Błonnik: 27.27 g; : 7.33 g;

niedziela 2024-03-31		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>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1809.98 kcal; Białko: 96.93 g; Węglowodany : 192.94 g; suma cukrów: 40.38 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.05 g; Błonnik: 25.43 g; : 6.21 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), kasza bulgur 100 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 100 g , 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 gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1534.52 kcal; Białko: 83.28 g; Węglowodany : 156.47 g; suma cukrów: 49.21 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.4 g; Błonnik: 21.11 g; : 4.38 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka z indyka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , 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 gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.09 kcal; Białko: 116.95 g; Węglowodany : 229.41 g; suma cukrów: 31.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.52 g; Błonnik: 21.07 g; : 8.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka z indyka 60 g , masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), kasza bulgur 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2025.43 kcal; Białko: 79.11 g; Węglowodany : 280.11 g; suma cukrów: 96.5 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.18 g; Błonnik: 25.81 g; : 6.24 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka z indyka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.69 kcal; Białko: 110.88 g; Węglowodany : 266.95 g; suma cukrów: 45.44 g; Tłuszcz: 97.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.61 g; Błonnik: 22.71 g; : 8.37 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g (GLU, MLE,),	zupa rosolnik 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g (MLE,),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1404.62 kcal; Białko: 70.08 g; Węglowodany : 214.35 g; suma cukrów: 114.75 g; Tłuszcz: 33.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 10.56 g; Błonnik: 16.51 g; : 2.24 g;

niedziela 2024-03-31 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 rosolnik 400 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 723.74 kcal; Białko: 19.11 g; Węglowodany : 145.72 g; suma cukrów: 111 g; Tłuszcz: 10.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.32 g; Błonnik: 17.81 g; : .98 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 204.61 kcal; Białko: 7.2 g; Węglowodany : 43.53 g; suma cukrów: 5.7 g; Tłuszcz: 1.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .31 g; Błonnik: 5.7 g; : .64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.61 kcal; Białko: 101.67 g; Węglowodany : 240.43 g; suma cukrów: 49.1 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.36 g; Błonnik: 32.3 g; : 7.72 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 20 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL), kasza bulgur 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092 kcal; Białko: 94.03 g; Węglowodany : 230.61 g; suma cukrów: 49.67 g; Tłuszcz: 93.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.12 g; Błonnik: 24.14 g; : 7.9 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka z indyka 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), masło 20 g (MLE), szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy BC 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.17 kcal; Białko: 112.19 g; Węglowodany : 301.13 g; suma cukrów: 57.83 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.37 g; Błonnik: 24.06 g; : 7.75 g;

niedziela 2024-03-31		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 , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL),	chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), salata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE), chleb baltonowski 30 g (GLU),	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2136.62 kcal; Białko: 61.67 g; Węglowodany : 334.61 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.25 g; Błonnik: 33.18 g; : 7.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 60 g , sałata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1570.63 kcal; Białko: 88.64 g; Węglowodany : 200.4 g; suma cukrów: 62.47 g; Tłuszcz: 50.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.47 g; Błonnik: 21.57 g; : 5.35 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , karkówka pieczona 120 g , gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.81 kcal; Białko: 101.83 g; Węglowodany : 241.86 g; suma cukrów: 49.72 g; Tłuszcz: 106.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.42 g; Błonnik: 33.16 g; : 7.91 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka z indyka 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.84 kcal; Białko: 107.56 g; Węglowodany : 267.88 g; suma cukrów: 62.09 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.75 g; Błonnik: 25.29 g; : 8.25 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , sałata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>SEL, GOR</u>), sałata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1688.09 kcal; Białko: 83.62 g; Węglowodany : 200.72 g; suma cukrów: 57.65 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.37 g; Błonnik: 23.67 g; : 4.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1560.01 kcal; Białko: 89.87 g; Węglowodany : 197.98 g; suma cukrów: 68.96 g; Tłuszcz: 50.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.28 g; Błonnik: 21.46 g; : 5.85 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1571.15 kcal; Białko: 89.67 g; Węglowodany : 195.38 g; suma cukrów: 68.19 g; Tłuszcz: 52.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.8 g; Błonnik: 20.71 g; : 6.04 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , kasza jęczmienna 100 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1564.65 kcal; Białko: 88.52 g; Węglowodany : 182.68 g; suma cukrów: 56.5 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.89 g; Błonnik: 21.33 g; : 4.87 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 350 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml BC 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1611.43 kcal; Białko: 90.71 g; Węglowodany : 199.74 g; suma cukrów: 54.54 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.53 g; Błonnik: 24.03 g; : 5.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		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 masłowa 10 g,	zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g, kasza jęczmienna 100 g (<u>GLU,</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	mleko świeże 2% 200 ml (<u>MLE,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 70 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1647.42 kcal; Białko: 88.56 g; Węglowodany : 179.15 g; suma cukrów: 77.11 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.28 g; Błonnik: 20.63 g; : 3.99 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
herbata 200 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, salata masłowa 10 g,	zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g, kasza jęczmienna 100 g (<u>GLU,</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 150 g, sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 100 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1646.94 kcal; Białko: 80.65 g; Węglowodany : 198.34 g; suma cukrów: 59.19 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.16 g; Błonnik: 23.99 g; : 4.34 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt, papryka 40 g, salata masłowa 10 g,	zupa rosolnik 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g, ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 150 g, sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 20 g (<u>MLE,</u>), sałatka jarzynowa 70 g (<u>SEL, GOR,</u>), pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1699.63 kcal; Białko: 82.92 g; Węglowodany : 206.15 g; suma cukrów: 59.77 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.59 g; Błonnik: 28.31 g; : 3.96 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, margaryna 10 g, szynka z indyka 60 g, papryka 40 g, salata masłowa 10 g,	zupa rosolnik 350 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g, ziemniaki gotowane 150 g, schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany brokuł 150 g, sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g, chleb bezglutenowy 60 g, margaryna 10 g, schab wiśniowy 60 g, salata masłowa 20 g, pomidor 50 g,	
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1564.87 kcal; Białko: 91.62 g; Węglowodany : 194.84 g; suma cukrów: 57.89 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.36 g; Błonnik: 26.48 g; : 5.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 350 g (SEL,), kompot 200ml BC 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1611.43 kcal; Białko: 90.71 g; Węglowodany : 199.74 g; suma cukrów: 54.54 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.53 g; Błonnik: 24.03 g; : 5.08 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 350 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g (GLU,), gotowany brokuł 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka jarzynowa 70 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1545.86 kcal; Białko: 49.08 g; Węglowodany : 253.9 g; suma cukrów: 62.25 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.01 g; Błonnik: 28.64 g; : 4.33 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 30 g (GLU,), margaryna 10 g , jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 220 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , schab pieczony II danie 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,), sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 10 g , sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1686.7 kcal; Białko: 79.72 g; Węglowodany : 215.57 g; suma cukrów: 63.92 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.29 g; Błonnik: 24.79 g; : 4.45 g;

niedziela 2024-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 150 g (SEL,), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (GLU,), schab pieczony II danie 100 g (SEL,), gotowany brokuł 50 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR,), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 50 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 997.23 kcal; Białko: 60.2 g; Węglowodany : 107.68 g; suma cukrów: 35.98 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.37 g; Błonnik: 10.67 g; : 2.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa rosolnik 100 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab pieczony II danie 100 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 120 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1057.87 kcal; Białko: 60.73 g; Węglowodany : 128.91 g; suma cukrów: 56.31 g; Tłuszcz: 36.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.38 g; Błonnik: 13.96 g; : 3.69 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), szynka z indyka 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	zupa rosolnik 100 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab pieczony II danie 100 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1061.05 kcal; Białko: 60.76 g; Węglowodany : 129.85 g; suma cukrów: 57.21 g; Tłuszcz: 36.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.38 g; Błonnik: 14.11 g; : 3.69 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1103.57 kcal; Białko: 71.94 g; Węglowodany : 116.35 g; suma cukrów: 45.04 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.93 g; Błonnik: 12.74 g; : 3.32 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml BC 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 100 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g , salata masłowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1126.26 kcal; Białko: 73.56 g; Węglowodany : 116.74 g; suma cukrów: 43.87 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.14 g; Błonnik: 14.12 g; : 3.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE</u>), salata masłowa 10 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>),	zupa rosolnik 100 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	mleko świeże 2% 100 ml (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 30 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1172.84 kcal; Białko: 73.01 g; Węglowodany : 126.15 g; suma cukrów: 54.67 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.59 g; Błonnik: 12.45 g; : 2.79 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g , kasza jęczmienna 50 g (<u>GLU</u>), schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 100 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1114.57 kcal; Białko: 67.84 g; Węglowodany : 121.85 g; suma cukrów: 45.95 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.54 g; Błonnik: 13.5 g; : 2.77 g;

niedziela 2024-03-31		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt , papryka 40 g , salata masłowa 10 g ,	zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 50 g , schab pieczony II danie 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 50 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 30 g , masło 5 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 50 g (<u>SEL, GOR</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 150 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1152.96 kcal; Białko: 69.07 g; Węglowodany : 130.76 g; suma cukrów: 53.31 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.67 g; Błonnik: 16.93 g; : 2.64 g;