

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g ( <b>MLE,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), ser topiony 3szt 50 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2038.8 kcal; Białko: 64.24 g; Węglowodany : 232.44 g; suma cukrów: 63.34 g; Tłuszcz: 95.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.18 g; Błonnik: 22.52 g; : 6.77 g; : 202.73 g;

<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g ( <b>MLE,</b> ), chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2188.01 kcal; Białko: 63.09 g; Węglowodany : 276.57 g; suma cukrów: 84.96 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.45 g; Błonnik: 20.86 g; : 6.6 g; : 244.93 g;

<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2220.28 kcal; Białko: 63.6 g; Węglowodany : 281.06 g; suma cukrów: 87.57 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.66 g; Błonnik: 22.67 g; : 6.75 g; : 247.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1696.03 kcal; Białko: 64.62 g; Węglowodany : 220.07 g; suma cukrów: 77.18 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.86 g; Błonnik: 28.37 g; : 5.67 g; : 191.72 g;

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 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 razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ), słonecznik 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1892.55 kcal; Białko: 76.86 g; Węglowodany : 232.56 g; suma cukrów: 77.27 g; Tłuszcz: 75.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 28.92 g; : 5.84 g; : 203.67 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>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 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1274.26 kcal; Białko: 57.16 g; Węglowodany : 167.91 g; suma cukrów: 48.24 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.05 g; Błonnik: 19.78 g; : 4.46 g; : 140.96 g;

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>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> ), szynka gotowana 80 g , ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1932.08 kcal; Białko: 81.64 g; Węglowodany : 235.57 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.61 g; Błonnik: 21.13 g; : 6.98 g; : 207.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1917.74 kcal; Białko: 45.43 g; Węglowodany : 265.47 g; suma cukrów: 100.64 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.33 g; Błonnik: 25.19 g; : 4.67 g; : 240.29 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1914.9 kcal; Białko: 72.58 g; Węglowodany : 249.67 g; suma cukrów: 37.18 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.4 g; Błonnik: 25.12 g; : 6.77 g; : 224.56 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 300 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko bez selera 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 400 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 350 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1814.77 kcal; Białko: 64.15 g; Węglowodany : 243.88 g; suma cukrów: 134.68 g; Tłuszcz: 69.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.68 g; Błonnik: 22.55 g; : 2.82 g; : 221.39 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE,</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 557.74 kcal; Białko: 17.05 g; Węglowodany : 97.19 g; suma cukrów: 77.05 g; Tłuszcz: 13.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.5 g; Błonnik: 10.37 g; : .71 g; : 86.85 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser topiony 3szt 50 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1840.77 kcal; Białko: 77.93 g; Węglowodany : 223.61 g; suma cukrów: 50.36 g; Tłuszcz: 81.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.87 g; Błonnik: 28.08 g; : 6.29 g; : 195.56 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 40 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1755.75 kcal; Białko: 71.15 g; Węglowodany : 232.75 g; suma cukrów: 48.64 g; Tłuszcz: 66.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.06 g; Błonnik: 25.27 g; : 5.86 g; : 207.51 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1901.42 kcal; Białko: 71.93 g; Węglowodany : 246.93 g; suma cukrów: 35.4 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.36 g; Błonnik: 24.22 g; : 6.77 g; : 222.72 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 3szt 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <u>MLE</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 80 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2074.71 kcal; Białko: 52.25 g; Węglowodany : 251.49 g; suma cukrów: 90.89 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.79 g; Błonnik: 21.67 g; : 6.05 g; : 222.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1049.44 kcal; Białko: 43.14 g; Węglowodany : 134.61 g; suma cukrów: 30.91 g; Tłuszcz: 38.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.79 g; Błonnik: 13.77 g; : 3.62 g; : 117.25 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1817.08 kcal; Białko: 82.62 g; Węglowodany : 238.66 g; suma cukrów: 49.77 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.86 g; Błonnik: 29.6 g; : 6.46 g; : 209.09 g;

poniedziałek 2024-04-29 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 krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>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 ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1755.13 kcal; Białko: 52.31 g; Węglowodany : 211.83 g; suma cukrów: 41.47 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.61 g; Błonnik: 20.57 g; : 6.41 g; : 184.07 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g ( <b>MLE,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), ser topiony 3szt 50 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2038.8 kcal; Białko: 64.24 g; Węglowodany : 232.44 g; suma cukrów: 63.34 g; Tłuszcz: 95.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.18 g; Błonnik: 22.52 g; : 6.77 g; : 202.73 g;

<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g ( <b>MLE,</b> ), chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2188.01 kcal; Białko: 63.09 g; Węglowodany : 276.57 g; suma cukrów: 84.96 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.45 g; Błonnik: 20.86 g; : 6.6 g; : 244.93 g;

<b>poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2220.28 kcal; Białko: 63.6 g; Węglowodany : 281.06 g; suma cukrów: 87.57 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.66 g; Błonnik: 22.67 g; : 6.75 g; : 247.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 200 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: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1696.03 kcal; Białko: 64.62 g; Węglowodany : 220.07 g; suma cukrów: 77.18 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.86 g; Błonnik: 28.37 g; : 5.67 g; : 191.72 g;

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 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 razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ), słonecznik 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1892.55 kcal; Białko: 76.86 g; Węglowodany : 232.56 g; suma cukrów: 77.27 g; Tłuszcz: 75.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 28.92 g; : 5.84 g; : 203.67 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>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 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1274.26 kcal; Białko: 57.16 g; Węglowodany : 167.91 g; suma cukrów: 48.24 g; Tłuszcz: 43.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.05 g; Błonnik: 19.78 g; : 4.46 g; : 140.96 g;

poniedziałek 2024-04-29 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> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>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> ), szynka gotowana 80 g , ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1932.08 kcal; Białko: 81.64 g; Węglowodany : 235.57 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.61 g; Błonnik: 21.13 g; : 6.98 g; : 207.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1917.74 kcal; Białko: 45.43 g; Węglowodany : 265.47 g; suma cukrów: 100.64 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.33 g; Błonnik: 25.19 g; : 4.67 g; : 240.29 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1914.9 kcal; Białko: 72.58 g; Węglowodany : 249.67 g; suma cukrów: 37.18 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.4 g; Błonnik: 25.12 g; : 6.77 g; : 224.56 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 300 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko bez selera 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 400 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel wisniowy 350 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1814.77 kcal; Białko: 64.15 g; Węglowodany : 243.88 g; suma cukrów: 134.68 g; Tłuszcz: 69.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.68 g; Błonnik: 22.55 g; : 2.82 g; : 221.39 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE,</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 557.74 kcal; Białko: 17.05 g; Węglowodany : 97.19 g; suma cukrów: 77.05 g; Tłuszcz: 13.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.5 g; Błonnik: 10.37 g; : .71 g; : 86.85 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , ser topiony 3szt 50 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1840.77 kcal; Białko: 77.93 g; Węglowodany : 223.61 g; suma cukrów: 50.36 g; Tłuszcz: 81.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.87 g; Błonnik: 28.08 g; : 6.29 g; : 195.56 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 40 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1755.75 kcal; Białko: 71.15 g; Węglowodany : 232.75 g; suma cukrów: 48.64 g; Tłuszcz: 66.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.06 g; Błonnik: 25.27 g; : 5.86 g; : 207.51 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1901.42 kcal; Białko: 71.93 g; Węglowodany : 246.93 g; suma cukrów: 35.4 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.36 g; Błonnik: 24.22 g; : 6.77 g; : 222.72 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 3szt 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <u>MLE</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 80 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2074.71 kcal; Białko: 52.25 g; Węglowodany : 251.49 g; suma cukrów: 90.89 g; Tłuszcz: 96.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 44.79 g; Błonnik: 21.67 g; : 6.05 g; : 222.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1049.44 kcal; Białko: 43.14 g; Węglowodany : 134.61 g; suma cukrów: 30.91 g; Tłuszcz: 38.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.79 g; Błonnik: 13.77 g; : 3.62 g; : 117.25 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1817.08 kcal; Białko: 82.62 g; Węglowodany : 238.66 g; suma cukrów: 49.77 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.86 g; Błonnik: 29.6 g; : 6.46 g; : 209.09 g;

poniedziałek 2024-04-29 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 krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>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 ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1755.13 kcal; Białko: 52.31 g; Węglowodany : 211.83 g; suma cukrów: 41.47 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.61 g; Błonnik: 20.57 g; : 6.41 g; : 184.07 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 3szt 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka 30 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 30 g ( <u>MLE</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 30 g , ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1516.91 kcal; Białko: 43.12 g; Węglowodany : 186.57 g; suma cukrów: 55.32 g; Tłuszcz: 67.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.03 g; Błonnik: 17.94 g; : 4.58 g; : 161.44 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 70 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 70 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1581.07 kcal; Białko: 48.24 g; Węglowodany : 195.19 g; suma cukrów: 63.79 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.02 g; Błonnik: 16.23 g; : 5.17 g; : 171.78 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1623.85 kcal; Białko: 47.88 g; Węglowodany : 207.57 g; suma cukrów: 72.92 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.93 g; Błonnik: 17.85 g; : 5.5 g; : 178.93 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g ( <u>MLE</u> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 90 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1248.04 kcal; Białko: 50.7 g; Węglowodany : 157.61 g; suma cukrów: 57.72 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.79 g; Błonnik: 21.12 g; : 4.31 g; : 136.51 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 90 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 100 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ), słonecznik 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1451.33 kcal; Białko: 59.53 g; Węglowodany : 162.68 g; suma cukrów: 60.81 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.04 g; Błonnik: 20.4 g; : 4.49 g; : 142.3 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL,</u> ), gotowane udko z kurczaka 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 50 g , surówka z marchwi 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU,</u> ), masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1486.71 kcal; Białko: 61.56 g; Węglowodany : 184.12 g; suma cukrów: 39.18 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.96 g; Błonnik: 16.65 g; : 5.51 g; : 163.89 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), dżem brzoskwinowy 100 g , masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi leniwe 200 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), serek waniliowy (obiad) 70 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1509.47 kcal; Białko: 30.8 g; Węglowodany : 219.28 g; suma cukrów: 88.47 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.59 g; Błonnik: 19.98 g; : 3.6 g; : 199.31 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , ser topiony 3szt 35 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 100 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 40 g , pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 10 g ,	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1357.86 kcal; Białko: 51.49 g; Węglowodany : 169.65 g; suma cukrów: 44.9 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.36 g; Błonnik: 21.36 g; : 4.42 g; : 148.31 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 15 g , papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 100 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1329.96 kcal; Białko: 57.02 g; Węglowodany : 173.31 g; suma cukrów: 47.97 g; Tłuszcz: 50.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.62 g; Błonnik: 21.73 g; : 4.78 g; : 151.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1698.1 kcal; Białko: 53.2 g; Węglowodany : 214.42 g; suma cukrów: 37.46 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.04 g; Błonnik: 20.22 g; : 6.41 g; : 183.42 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), ser topiony 3szt 35 g ( <b>MLE,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 30 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 70 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 70 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 70 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1538.57 kcal; Białko: 33.6 g; Węglowodany : 191.06 g; suma cukrów: 71.65 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.5 g; Błonnik: 16.78 g; : 4.1 g; : 170.69 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , margaryna 15 g , papryka 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 80 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 15 g , szynka gotowana 40 g , pomidor 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 10 g ,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1338.94 kcal; Białko: 46.66 g; Węglowodany : 189.75 g; suma cukrów: 46.49 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 10.43 g; Błonnik: 20.31 g; : 4.35 g; : 169.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 3szt 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka 20 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 40 g ( <u>MLE</u> ), surówka z marchwi 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 30 g , pomidor 25 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 905.86 kcal; Białko: 25.98 g; Węglowodany : 106.47 g; suma cukrów: 36.13 g; Tłuszcz: 42.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.24 g; Błonnik: 10.39 g; : 2.71 g; : 92.48 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1049.08 kcal; Białko: 30.68 g; Węglowodany : 139.9 g; suma cukrów: 46.44 g; Tłuszcz: 41.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.63 g; Błonnik: 11.84 g; : 3.25 g; : 124.47 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <u>SEL</u> ), pierogi leniwe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> smoothie bananowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1051.92 kcal; Białko: 29.31 g; Węglowodany : 144.22 g; suma cukrów: 34.25 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.38 g; Błonnik: 12.38 g; : 3.6 g; : 128.25 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , masło 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka 20 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 75 g , gotowane udko z kurczaka 60 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 75 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 30 g , pomidor 25 g ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	<b>Podwieczerek:</b> jabłko 75 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 827.38 kcal; Białko: 32.6 g; Węglowodany : 104.28 g; suma cukrów: 29.35 g; Tłuszcz: 31.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.34 g; Błonnik: 12.34 g; : 2.77 g; : 88.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 20 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 75 g, gotowane udko z kurczaka 60 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z marchwi 75 g,	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 75 g,	<b>Posiłek nocny:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 946.27 kcal; Białko: 39.54 g; Węglowodany : 118.5 g; suma cukrów: 41.35 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.73 g; Błonnik: 13.05 g; : 2.96 g; : 101.86 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 20 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z cukini BM/BG 100 g ( <b>SEL,</b> ), gotowane udko z kurczaka 60 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, surówka z marchwi 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 20 g, ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 10 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 924.82 kcal; Białko: 37.21 g; Węglowodany : 111.98 g; suma cukrów: 20.74 g; Tłuszcz: 36.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.75 g; Błonnik: 10.02 g; : 3.3 g; : 98.37 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), dżem brzoskwiowy 50 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 20 g, salata masłowa 10 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi leniwe 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), serek waniliowy (obiad) 50 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 941.1 kcal; Białko: 18.04 g; Węglowodany : 140.3 g; suma cukrów: 58.42 g; Tłuszcz: 35.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.97 g; Błonnik: 13.18 g; : 2.15 g; : 127.13 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy 60 g, ser topiony 3szt 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 10 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 20 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z cukini BM/BG 150 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko z kurczaka 60 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z marchwi 50 g,	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	<b>Podwieczorek:</b> smoothie bananowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 862.36 kcal; Białko: 33.15 g; Węglowodany : 108.13 g; suma cukrów: 25.15 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.5 g; Błonnik: 13.82 g; : 2.9 g; : 94.32 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2056.44 kcal; Białko: 78.89 g; Węglowodany : 275.76 g; suma cukrów: 58.71 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.02 g; Błonnik: 30.84 g; : 6.93 g; : 244.93 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.89 kcal; Białko: 70.7 g; Węglowodany : 282.98 g; suma cukrów: 68.88 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32 g; Błonnik: 25.77 g; : 6.24 g; : 257.23 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), pieczona cukinia 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.4 kcal; Białko: 68.03 g; Węglowodany : 304.03 g; suma cukrów: 87.82 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.32 g; Błonnik: 26.87 g; : 5.96 g; : 277.18 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	



**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1743.66 kcal; Białko: 70.47 g; Węglowodany : 212.02 g; suma cukrów: 48.1 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.96 g; Błonnik: 26.97 g; : 5.7 g; : 185.07 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), pomarańczko 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1842.15 kcal; Białko: 76.51 g; Węglowodany : 231.86 g; suma cukrów: 54.82 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.74 g; Błonnik: 30.3 g; : 5.91 g; : 201.57 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1629.86 kcal; Białko: 65.14 g; Węglowodany : 194.44 g; suma cukrów: 43.14 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.95 g; Błonnik: 21.96 g; : 5.03 g; : 172.5 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.55 kcal; Białko: 93.25 g; Węglowodany : 250.37 g; suma cukrów: 46.49 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.96 g; Błonnik: 24.67 g; : 7.46 g; : 225.72 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.1 kcal; Białko: 56.06 g; Węglowodany : 292.9 g; suma cukrów: 87.03 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.27 g; Błonnik: 26.63 g; : 4.54 g; : 266.29 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2182.68 kcal; Białko: 100.11 g; Węglowodany : 237.9 g; suma cukrów: 33.56 g; Tłuszcz: 99.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.58 g; Błonnik: 21.86 g; : 7.27 g; : 216.06 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa marchewkowa krem BM 300 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , schab gotowany II danie bez selera 200 g ( <b>SEL,</b> ), pieczony burak 250 g , margaryna 20 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 300 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1824.29 kcal; Białko: 94.34 g; Węglowodany : 214.13 g; suma cukrów: 113.77 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.2 g; Błonnik: 22.48 g; : 2.87 g; : 191.71 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE,</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 400 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 682.43 kcal; Białko: 19.36 g; Węglowodany : 109.89 g; suma cukrów: 79.57 g; Tłuszcz: 21.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 6.45 g; Błonnik: 14.28 g; : .98 g; : 95.63 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <b>GOR</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1963.57 kcal; Białko: 108.58 g; Węglowodany : 230.44 g; suma cukrów: 49.6 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.92 g; Błonnik: 30.5 g; : 6.97 g; : 199.97 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.58 kcal; Białko: 74.01 g; Węglowodany : 237.27 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 94.78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.43 g; Błonnik: 25.67 g; : 7.03 g; : 211.62 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.57 kcal; Białko: 76.87 g; Węglowodany : 287.74 g; suma cukrów: 33.33 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.16 g; Błonnik: 24.26 g; : 6.87 g; : 256.29 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 300 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos truskawkowy 50 g ,	chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ),	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2262.89 kcal; Białko: 51.94 g; Węglowodany : 238.81 g; suma cukrów: 76.53 g; Tłuszcz: 135.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 61.87 g; Błonnik: 24.73 g; : 5.78 g; : 214.1 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g , pieczona cukinia 30 g , szynka wieprzowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie bez selera 50 g ( <u>SEL</u> ), pieczony burak 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g , pomidor bs 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1092.53 kcal; Białko: 48.79 g; Węglowodany : 130.88 g; suma cukrów: 30.05 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.85 g; Błonnik: 13.17 g; : 3.38 g; : 117.72 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2083.15 kcal; Białko: 103.33 g; Węglowodany : 228.62 g; suma cukrów: 48.88 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.69 g; Błonnik: 30.19 g; : 7.23 g; : 198.45 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2044.94 kcal; Białko: 70.87 g; Węglowodany : 271.91 g; suma cukrów: 50.91 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.86 g; Błonnik: 26.36 g; : 6.32 g; : 245.56 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), jajko gotowane 1 szt , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata maslowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR,</u> ),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2056.44 kcal; Białko: 78.89 g; Węglowodany : 275.76 g; suma cukrów: 58.71 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.02 g; Błonnik: 30.84 g; : 6.93 g; : 244.93 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), pieczony burak 100 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.89 kcal; Białko: 70.7 g; Węglowodany : 282.98 g; suma cukrów: 68.88 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32 g; Błonnik: 25.77 g; : 6.24 g; : 257.23 g;

<b>wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), pieczona cukinia 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2103.4 kcal; Białko: 68.03 g; Węglowodany : 304.03 g; suma cukrów: 87.82 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.32 g; Błonnik: 26.87 g; : 5.96 g; : 277.18 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1743.66 kcal; Białko: 70.47 g; Węglowodany : 212.02 g; suma cukrów: 48.1 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.96 g; Błonnik: 26.97 g; : 5.7 g; : 185.07 g;

wtorek 2024-04-30 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 marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), surówka z kapusty białej 150 g ( <u>GOR,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ), pomarańczko 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1842.15 kcal; Białko: 76.51 g; Węglowodany : 231.86 g; suma cukrów: 54.82 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.74 g; Błonnik: 30.3 g; : 5.91 g; : 201.57 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), 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 marchewkowa krem BM 200 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1629.86 kcal; Białko: 65.14 g; Węglowodany : 194.44 g; suma cukrów: 43.14 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.95 g; Błonnik: 21.96 g; : 5.03 g; : 172.5 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), pieczony burak 100 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.55 kcal; Białko: 93.25 g; Węglowodany : 250.37 g; suma cukrów: 46.49 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.96 g; Błonnik: 24.67 g; : 7.46 g; : 225.72 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.1 kcal; Białko: 56.06 g; Węglowodany : 292.9 g; suma cukrów: 87.03 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.27 g; Błonnik: 26.63 g; : 4.54 g; : 266.29 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2182.68 kcal; Białko: 100.11 g; Węglowodany : 237.9 g; suma cukrów: 33.56 g; Tłuszcz: 99.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.58 g; Błonnik: 21.86 g; : 7.27 g; : 216.06 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa marchewkowa krem BM 300 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , schab gotowany II danie bez selera 200 g ( <b>SEL,</b> ), pieczony burak 250 g , margaryna 20 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1824.29 kcal; Białko: 94.34 g; Węglowodany : 214.13 g; suma cukrów: 113.77 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.2 g; Błonnik: 22.48 g; : 2.87 g; : 191.71 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE,</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 400 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 682.43 kcal; Białko: 19.36 g; Węglowodany : 109.89 g; suma cukrów: 79.57 g; Tłuszcz: 21.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 6.45 g; Błonnik: 14.28 g; : .98 g; : 95.63 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <b>GOR</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1963.57 kcal; Białko: 108.58 g; Węglowodany : 230.44 g; suma cukrów: 49.6 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.92 g; Błonnik: 30.5 g; : 6.97 g; : 199.97 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.58 kcal; Białko: 74.01 g; Węglowodany : 237.27 g; suma cukrów: 50.22 g; Tłuszcz: 94.78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.43 g; Błonnik: 25.67 g; : 7.03 g; : 211.62 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.57 kcal; Białko: 76.87 g; Węglowodany : 287.74 g; suma cukrów: 33.33 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.16 g; Błonnik: 24.26 g; : 6.87 g; : 256.29 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 300 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 200 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos truskawkowy 50 g ,	chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g ( <b>MLE</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2262.89 kcal; Białko: 51.94 g; Węglowodany : 238.81 g; suma cukrów: 76.53 g; Tłuszcz: 135.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 61.87 g; Błonnik: 24.73 g; : 5.78 g; : 214.1 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 20 g , pieczona cukinia 30 g , szynka wieprzowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie bez selera 50 g ( <u>SEL</u> ), pieczony burak 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g , pomidor bs 30 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1092.53 kcal; Białko: 48.79 g; Węglowodany : 130.88 g; suma cukrów: 30.05 g; Tłuszcz: 45.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.85 g; Błonnik: 13.17 g; : 3.38 g; : 117.72 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2083.15 kcal; Białko: 103.33 g; Węglowodany : 228.62 g; suma cukrów: 48.88 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.69 g; Błonnik: 30.19 g; : 7.23 g; : 198.45 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2044.94 kcal; Białko: 70.87 g; Węglowodany : 271.91 g; suma cukrów: 50.91 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.86 g; Błonnik: 26.36 g; : 6.32 g; : 245.56 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), jajko gotowane 1 szt , masło 15 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 15 g , ketchup 20 g , ogórek zielony 30 g , ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety wieprzowe 80 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <u>GOR</u> ),	papryka 30 g , herbata 150 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1441.79 kcal; Białko: 55.94 g; Węglowodany : 190.02 g; suma cukrów: 39.56 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.43 g; Błonnik: 21.64 g; : 4.9 g; : 168.39 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 30 g, pieczona cukinia 30 g, salata masłowa 15 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety wieprzowe 80 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 100 g,	pomidor bs 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g,	<b>Podwieczerek:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1574.65 kcal; Białko: 48.82 g; Węglowodany : 197.13 g; suma cukrów: 50.97 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.02 g; Błonnik: 18.6 g; : 4.13 g; : 178.54 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 40 g ( <u>MLE</u> ), pieczona cukinia 70 g, salata masłowa 15 g, dżem brzoskwiowy 70 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety wieprzowe 80 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 100 g,	pomidor bs 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g,	<b>Podwieczerek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1538.86 kcal; Białko: 50.46 g; Węglowodany : 207.5 g; suma cukrów: 62.35 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.8 g; Błonnik: 19.36 g; : 4.52 g; : 188.15 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 80 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g, salata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety wieprzowe 80 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g, papryka 80 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g,	<b>Podwieczerek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1424.51 kcal; Białko: 57.49 g; Węglowodany : 178.22 g; suma cukrów: 44.93 g; Tłuszcz: 56.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.23 g; Błonnik: 23.53 g; : 4.45 g; : 154.7 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 80 g ( <u>GLU</u> ), jajko gotowane 1 szt, masło 20 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g, salata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety wieprzowe 80 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g, pomidor bs 30 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 130 g,	<b>Podwieczerek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomarańczko 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1500.2 kcal; Białko: 61.69 g; Węglowodany : 184.49 g; suma cukrów: 48.08 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.68 g; Błonnik: 24.31 g; : 4.59 g; : 160.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 70 g ( <b>MLE,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 15 g , salata masłowa 10 g , szynka wieprzowa 60 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety wieprzowe 120 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , pomidor bs 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 130 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1618.11 kcal; Białko: 73.24 g; Węglowodany : 185.4 g; suma cukrów: 39.35 g; Tłuszcz: 67.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.03 g; Błonnik: 18.45 g; : 5.5 g; : 166.96 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 40 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 30 g ( <b>MLE,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 20 g , salata masłowa 10 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 200 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 40 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 30 g , dżem brzoskwinowy 70 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1497.58 kcal; Białko: 37.59 g; Węglowodany : 223.12 g; suma cukrów: 65.51 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.2 g; Błonnik: 21.14 g; : 3.36 g; : 201.99 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 40 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 20 g , salata masłowa 10 g , szynka wieprzowa 60 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 80 g ( <b>SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1573.61 kcal; Białko: 83.84 g; Węglowodany : 188.45 g; suma cukrów: 39.64 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.18 g; Błonnik: 25.52 g; : 5.81 g; : 162.95 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 80 g ( <b>SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1617.81 kcal; Białko: 76.7 g; Węglowodany : 187.2 g; suma cukrów: 39.4 g; Tłuszcz: 72.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.92 g; Błonnik: 25.42 g; : 5.73 g; : 161.8 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 15 g , ser twarogowy 40 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 60 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 80 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 15 g , szynka biała 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1540.39 kcal; Białko: 51.78 g; Węglowodany : 200.08 g; suma cukrów: 43.51 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.04 g; Błonnik: 20.85 g; : 4.63 g; : 179.24 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), jajko gotowane 1 szt , rzodkiewka ( 2 sztuki) 15 g , salata masłowa 15 g , ketchup 20 g , ser twarogowy 30 g ( <b>MLE,</b> ), herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi z serem 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), sos truskawkowy 40 g ,	chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 30 g , ser topiony w kostce 30 g ( <b>MLE,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ),	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1576.09 kcal; Białko: 36.2 g; Węglowodany : 158.05 g; suma cukrów: 54.22 g; Tłuszcz: 98.15 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.1 g; Błonnik: 17.24 g; : 3.81 g; : 140.83 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 20 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety wieprzowe 80 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 100 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1528.36 kcal; Białko: 55.44 g; Węglowodany : 185.95 g; suma cukrów: 36.9 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.76 g; Błonnik: 21.04 g; : 5.56 g; : 164.92 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), jajko gotowane 1 szt , masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 10 g , ketchup 15 g , ogórek zielony 25 g , ser twarogowy 25 g ( <b>MLE,</b> ), herbata 75 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g , pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 50 g ( <b>GOR,</b> ),	papryka 20 g , herbata 100 g , chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 30 g , salata masłowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 978.57 kcal; Białko: 42.43 g; Węglowodany : 124.04 g; suma cukrów: 27.38 g; Tłuszcz: 44.55 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.46 g; Błonnik: 13.59 g; : 3.39 g; : 110.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 25 g, pieczona cukinia 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 150 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 50 g,	pomidor bs 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1104.83 kcal; Białko: 39.47 g; Węglowodany : 139.58 g; suma cukrów: 35.42 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.25 g; Błonnik: 12.85 g; : 3.25 g; : 126.73 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 20 g ( <b>MLE,</b> ), pieczona cukinia 50 g, salata masłowa 10 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), pieczony burak 50 g,	pomidor bs 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 30 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1057.43 kcal; Białko: 32.44 g; Węglowodany : 138.69 g; suma cukrów: 36.25 g; Tłuszcz: 45.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.8 g; Błonnik: 12.57 g; : 2.9 g; : 126.13 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), ser twarogowy 40 g ( <b>MLE,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 100 g, chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g, papryka 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> kefir naturalny 100 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 958.61 kcal; Białko: 39.52 g; Węglowodany : 119.04 g; suma cukrów: 26.06 g; Tłuszcz: 37.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.74 g; Błonnik: 15.13 g; : 3.15 g; : 103.92 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), jajko gotowane 1 szt, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), surówka z kapusty białej 100 g ( <b>GOR,</b> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g, pomidor bs 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 993.07 kcal; Białko: 47.26 g; Węglowodany : 114.75 g; suma cukrów: 28.69 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.1 g; Błonnik: 14.06 g; : 3.23 g; : 100.7 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, salata masłowa 10 g, szynka wieprzowa 30 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g, pomidor bs 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 100 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1023.4 kcal; Białko: 45.91 g; Węglowodany : 119.57 g; suma cukrów: 22.69 g; Tłuszcz: 41.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.89 g; Błonnik: 11.63 g; : 3.67 g; : 107.95 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU</u> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety wieprzowe 60 g ( <u>GLU, SEL</u> ), pieczony burak 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 25 g, dżem brzoskwiniowy 50 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 972.98 kcal; Białko: 28.18 g; Węglowodany : 141.04 g; suma cukrów: 43.14 g; Tłuszcz: 38.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.28 g; Błonnik: 12.61 g; : 2.24 g; : 128.44 g;

wtorek 2024-04-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, salata masłowa 10 g, szynka wieprzowa 30 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa marchewkowa krem BM 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, schab gotowany II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), surówka z kapusty białej 50 g ( <u>GOR</u> ),	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g, pomidor bs 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 964.01 kcal; Białko: 57.49 g; Węglowodany : 105.54 g; suma cukrów: 24.19 g; Tłuszcz: 40.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.91 g; Błonnik: 14.18 g; : 3.81 g; : 91.38 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g ,
<b>II Sniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1954.65 kcal; Białko: 88.84 g; Węglowodany : 234.75 g; suma cukrów: 42.86 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.2 g; Błonnik: 29.52 g; : 7.47 g; : 205.21 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 90 g ,
<b>II Sniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2019.66 kcal; Białko: 86.28 g; Węglowodany : 240.54 g; suma cukrów: 41.08 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.21 g; Błonnik: 27.66 g; : 7.39 g; : 212.88 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g ,
<b>II Sniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1881.45 kcal; Białko: 87.84 g; Węglowodany : 240.66 g; suma cukrów: 41.47 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.43 g; Błonnik: 27.39 g; : 7.41 g; : 213.26 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 100 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 80 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 100 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Sniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2062.24 kcal; Białko: 98.66 g; Węglowodany : 243.2 g; suma cukrów: 47.4 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.19 g; Błonnik: 34.03 g; : 8.44 g; : 209.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 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 , gotowane udko bez selera 120 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 100 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), słonecznik 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1900.08 kcal; Białko: 88.36 g; Węglowodany : 222.47 g; suma cukrów: 36.22 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.02 g; Błonnik: 30.06 g; : 7.65 g; : 192.4 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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 80 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1571.37 kcal; Białko: 71.34 g; Węglowodany : 180.79 g; suma cukrów: 35.27 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.96 g; Błonnik: 22.5 g; : 6.3 g; : 158.29 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1938.33 kcal; Białko: 89.84 g; Węglowodany : 226.04 g; suma cukrów: 36.43 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.9 g; Błonnik: 25.28 g; : 8.03 g; : 200.76 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 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 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1887.2 kcal; Białko: 57.11 g; Węglowodany : 282.34 g; suma cukrów: 91.59 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.35 g; Błonnik: 29.7 g; : 5.33 g; : 252.64 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1997.66 kcal; Białko: 80.23 g; Węglowodany : 232.22 g; suma cukrów: 32.37 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.71 g; Błonnik: 22.48 g; : 7.28 g; : 209.74 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa koperkowa 400 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 300 g , gotowane udko bez selera 300 g , dynia gotowana 300 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus jabłkowy 400 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 250 g ,	Podwieczorek: mus gruszkowo jabłkowy 400 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1806.06 kcal; Białko: 74.06 g; Węglowodany : 229.52 g; suma cukrów: 112.51 g; Tłuszcz: 72.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.05 g; Błonnik: 31.02 g; : 2.83 g; : 198.56 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 500.65 kcal; Białko: 16.13 g; Węglowodany : 92.29 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 9.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.1 g; Błonnik: 10.63 g; : .86 g; : 81.68 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1637.29 kcal; Białko: 74.27 g; Węglowodany : 203.11 g; suma cukrów: 35.64 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.57 g; Błonnik: 30.07 g; : 6.63 g; : 173.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1888.2 kcal; Białko: 78.14 g; Węglowodany : 218.11 g; suma cukrów: 38.46 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.16 g; Błonnik: 27.61 g; : 7.48 g; : 190.51 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2233.45 kcal; Białko: 84.45 g; Węglowodany : 264.97 g; suma cukrów: 46.37 g; Tłuszcz: 106.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.49 g; Błonnik: 23.35 g; : 7.7 g; : 241.63 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <u>GLU,</u> ), dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.7 kcal; Białko: 46.91 g; Węglowodany : 307.38 g; suma cukrów: 78.97 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.06 g; Błonnik: 33.52 g; : 4.7 g; : 273.86 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 100 g , dynia gotowana 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwinowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1044.25 kcal; Białko: 45.84 g; Węglowodany : 134.91 g; suma cukrów: 37.16 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.91 g; Błonnik: 13.4 g; : 3.65 g; : 121.51 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ),	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: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1845.16 kcal; Białko: 81.26 g; Węglowodany : 247.51 g; suma cukrów: 69.45 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.56 g; Błonnik: 30.9 g; : 7.36 g; : 216.62 g;

środa 2024-05-01		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 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwinowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,	
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1984.49 kcal; Białko: 81.43 g; Węglowodany : 293.94 g; suma cukrów: 90.78 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.75 g; Błonnik: 28.34 g; : 7.54 g; : 265.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1954.65 kcal; Białko: 88.84 g; Węglowodany : 234.75 g; suma cukrów: 42.86 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.2 g; Błonnik: 29.52 g; : 7.47 g; : 205.21 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 90 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2019.66 kcal; Białko: 86.28 g; Węglowodany : 240.54 g; suma cukrów: 41.08 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.21 g; Błonnik: 27.66 g; : 7.39 g; : 212.88 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1881.45 kcal; Białko: 87.84 g; Węglowodany : 240.66 g; suma cukrów: 41.47 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.43 g; Błonnik: 27.39 g; : 7.41 g; : 213.26 g;

<b>środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 100 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 80 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 100 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2062.24 kcal; Białko: 98.66 g; Węglowodany : 243.2 g; suma cukrów: 47.4 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.19 g; Błonnik: 34.03 g; : 8.44 g; : 209.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 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 , gotowane udko bez selera 120 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 100 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), słonecznik 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1900.08 kcal; Białko: 88.36 g; Węglowodany : 222.47 g; suma cukrów: 36.22 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.02 g; Błonnik: 30.06 g; : 7.65 g; : 192.4 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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 80 g , sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1571.37 kcal; Białko: 71.34 g; Węglowodany : 180.79 g; suma cukrów: 35.27 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.96 g; Błonnik: 22.5 g; : 6.3 g; : 158.29 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1938.33 kcal; Białko: 89.84 g; Węglowodany : 226.04 g; suma cukrów: 36.43 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.9 g; Błonnik: 25.28 g; : 8.03 g; : 200.76 g;

środa 2024-05-01 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 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 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1887.2 kcal; Białko: 57.11 g; Węglowodany : 282.34 g; suma cukrów: 91.59 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.35 g; Błonnik: 29.7 g; : 5.33 g; : 252.64 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1997.66 kcal; Białko: 80.23 g; Węglowodany : 232.22 g; suma cukrów: 32.37 g; Tłuszcz: 90.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.71 g; Błonnik: 22.48 g; : 7.28 g; : 209.74 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa koperkowa 400 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 300 g , gotowane udko bez selera 300 g , dynia gotowana 300 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus jabłkowy 400 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> mus gruszkowo jabłkowy 400 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1806.06 kcal; Białko: 74.06 g; Węglowodany : 229.52 g; suma cukrów: 112.51 g; Tłuszcz: 72.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.05 g; Błonnik: 31.02 g; : 2.83 g; : 198.56 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 500.65 kcal; Białko: 16.13 g; Węglowodany : 92.29 g; suma cukrów: 76.4 g; Tłuszcz: 9.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.1 g; Błonnik: 10.63 g; : .86 g; : 81.68 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1637.29 kcal; Białko: 74.27 g; Węglowodany : 203.11 g; suma cukrów: 35.64 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.57 g; Błonnik: 30.07 g; : 6.63 g; : 173.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1888.2 kcal; Białko: 78.14 g; Węglowodany : 218.11 g; suma cukrów: 38.46 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.16 g; Błonnik: 27.61 g; : 7.48 g; : 190.51 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2233.45 kcal; Białko: 84.45 g; Węglowodany : 264.97 g; suma cukrów: 46.37 g; Tłuszcz: 106.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.49 g; Błonnik: 23.35 g; : 7.7 g; : 241.63 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <u>GLU,</u> ), dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.7 kcal; Białko: 46.91 g; Węglowodany : 307.38 g; suma cukrów: 78.97 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.06 g; Błonnik: 33.52 g; : 4.7 g; : 273.86 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 100 g , dynia gotowana 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , schab wiśniowy 30 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1044.25 kcal; Białko: 45.84 g; Węglowodany : 134.91 g; suma cukrów: 37.16 g; Tłuszcz: 36.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.91 g; Błonnik: 13.4 g; : 3.65 g; : 121.51 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> ),	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: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1845.16 kcal; Białko: 81.26 g; Węglowodany : 247.51 g; suma cukrów: 69.45 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.56 g; Błonnik: 30.9 g; : 7.36 g; : 216.62 g;

środa 2024-05-01		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 120 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiinowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1984.49 kcal; Białko: 81.43 g; Węglowodany : 293.94 g; suma cukrów: 90.78 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.75 g; Błonnik: 28.34 g; : 7.54 g; : 265.6 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 15 g , pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <u>MLE</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), papryka 30 g , sałata masłowa 20 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 80 g , surówka z papryką i koperkiem 100 g , sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, 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> ), schab wiśniowy 40 g , ogórek zielony 30 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 120 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1209.75 kcal; Białko: 45.43 g; Węglowodany : 154.7 g; suma cukrów: 30.17 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24 g; Błonnik: 20.08 g; : 4.04 g; : 134.61 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 50 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 30 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 80 g , dynia gotowana 100 g , sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	sałata lodowa 15 g , herbata 200 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1349.07 kcal; Białko: 57.28 g; Węglowodany : 161.22 g; suma cukrów: 30.88 g; Tłuszcz: 54.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.75 g; Błonnik: 18.38 g; : 4.96 g; : 142.84 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 40 g, pomidor bs 70 g, sałata masłowa 15 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE,</b> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, gotowane udko bez selera 80 g, dynia gotowana 150 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,		<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 120 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1286.74 kcal; Białko: 54.84 g; Węglowodany : 168.63 g; suma cukrów: 30.27 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.53 g; Błonnik: 19.69 g; : 4.87 g; : 148.93 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 50 g, masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g, sałata masłowa 20 g, pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <b>MLE,</b> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowane udko bez selera 80 g, surówka z papryką i koperkiem 100 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,		<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1221.14 kcal; Białko: 55.73 g; Węglowodany : 138.48 g; suma cukrów: 33.39 g; Tłuszcz: 51.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.68 g; Błonnik: 19.7 g; : 4.61 g; : 118.77 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 85 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 60 g, masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 40 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 110 g, gotowane udko bez selera 80 g, surówka z papryką i koperkiem 100 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb razowy 85 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,		<b>Podwieczorek:</b> gruszka 120 g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), słonecznik 10 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1298.46 kcal; Białko: 59.6 g; Węglowodany : 150.34 g; suma cukrów: 28.37 g; Tłuszcz: 52.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.14 g; Błonnik: 20.82 g; : 5.05 g; : 129.51 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
szynka wieprzowa 60 g, masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 30 g, sałata masłowa 15 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE,</b> ), herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ),	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowane udko bez selera 80 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 15 g, schab wiśniowy 60 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,		<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1325.75 kcal; Białko: 57 g; Węglowodany : 159.15 g; suma cukrów: 29.37 g; Tłuszcz: 52.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.11 g; Błonnik: 17.99 g; : 5.07 g; : 141.16 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 70 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <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> ), sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwinowy 80 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g,		Podwieczorek: gruszka pieczona 120 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1255.27 kcal; Białko: 35.81 g; Węglowodany : 188.65 g; suma cukrów: 56.96 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.98 g; Błonnik: 20.54 g; : 3.5 g; : 168.11 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 60 g, pomidor 70 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowane udko bez selera 80 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 80 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1212.32 kcal; Białko: 60 g; Węglowodany : 145.3 g; suma cukrów: 29.39 g; Tłuszcz: 48.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.42 g; Błonnik: 21.35 g; : 5.29 g; : 123.95 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, szynka wieprzowa 60 g, pomidor 30 g, dżem brzoskwinowy 40 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, gotowane udko bez selera 80 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g,		Podwieczorek: gruszka pieczona 120 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1251.24 kcal; Białko: 56.03 g; Węglowodany : 162.77 g; suma cukrów: 39.75 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.06 g; Błonnik: 21.25 g; : 5.05 g; : 141.53 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 40 g, pomidor 100 g, sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 200 g, zupa koperkowa 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowane udko bez selera 120 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	sałata lodowa 20 g, herbata 200 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwinowy 50 g, schab wiśniowy 45 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 150 g,		Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1180.74 kcal; Białko: 50.48 g; Węglowodany : 157.19 g; suma cukrów: 48.88 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.55 g; Błonnik: 16.99 g; : 4.01 g; : 140.2 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pasta twarogowo-dyniowa 70 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 70 g, sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, kotlety warzywne z brokułami 80 g ( <b>GLU,</b> ), dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwinowy 70 g, chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1356.35 kcal; Białko: 32.21 g; Węglowodany : 215.91 g; suma cukrów: 59.68 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.09 g; Błonnik: 23.82 g; : 3.11 g; : 192.1 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g, szynka wieprzowa 60 g, pomidor 50 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa koperkowa 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowane udko bez selera 80 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g, schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 150 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1245.09 kcal; Białko: 52.78 g; Węglowodany : 141.66 g; suma cukrów: 25.87 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.81 g; Błonnik: 18.14 g; : 4.99 g; : 123.52 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 20 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), papryka 20 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, surówka z papryką i koperkiem 50 g, sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 100 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 832.46 kcal; Białko: 34.61 g; Węglowodany : 99.66 g; suma cukrów: 16.56 g; Tłuszcz: 33.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.13 g; Błonnik: 12.16 g; : 2.96 g; : 87.5 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 20 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 25 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 150 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 80 g, sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> galaretka malinowa 100 g,	<b>Podwieczorek:</b> gruszka pieczona 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 956.54 kcal; Białko: 37.45 g; Węglowodany : 119.9 g; suma cukrów: 25.51 g; Tłuszcz: 37.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.48 g; Błonnik: 13.78 g; : 3.27 g; : 106.13 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 40 g, pomidor bs 30 g, sałata masłowa 10 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE</b> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 30 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczorek: gruszka pieczona 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 899.54 kcal; Białko: 38.16 g; Węglowodany : 104.36 g; suma cukrów: 14.95 g; Tłuszcz: 37.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.84 g; Błonnik: 10.9 g; : 3.33 g; : 93.46 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), szynka wieprzowa 60 g, masło 10 g ( <b>MLE</b> ), papryka 20 g, sałata masłowa 10 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE</b> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, surówka z papryką i koperkiem 80 g, sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 30 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczorek: gruszka 80 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 836.79 kcal; Białko: 40.59 g; Węglowodany : 89.77 g; suma cukrów: 19.9 g; Tłuszcz: 35.99 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.84 g; Błonnik: 12.48 g; : 3.36 g; : 77.29 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
szynka wieprzowa 30 g, masło 10 g ( <b>MLE</b> ), papryka 20 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE</b> ),	kompot 200ml BC 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, surówka z papryką i koperkiem 80 g, sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 40 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczorek: gruszka 80 g, Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 899.83 kcal; Białko: 43.7 g; Węglowodany : 98.88 g; suma cukrów: 27.18 g; Tłuszcz: 37.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.5 g; Błonnik: 12.13 g; : 3.28 g; : 86.75 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), szynka wieprzowa 40 g, masło 10 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 25 g, sałata masłowa 10 g, pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE</b> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 40 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczorek: gruszka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 955.54 kcal; Białko: 40.69 g; Węglowodany : 116.57 g; suma cukrów: 23.48 g; Tłuszcz: 37.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.67 g; Błonnik: 12.63 g; : 3.5 g; : 103.93 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 40 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy 25 g ( <u>GLU, 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> ), sałata lodowa 10 g, dżem brzoskwiniowy 50 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczerek: gruszka pieczona 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 833.89 kcal; Białko: 28.33 g; Węglowodany : 114.34 g; suma cukrów: 31.99 g; Tłuszcz: 30.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.68 g; Błonnik: 11.71 g; : 2.59 g; : 102.62 g;

środa 2024-05-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 40 g, pomidor 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa koperkowa 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko bez selera 60 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 40 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: galaretka malinowa 100 g,		Podwieczerek: gruszka pieczona 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 784.93 kcal; Białko: 38.09 g; Węglowodany : 91.25 g; suma cukrów: 13.08 g; Tłuszcz: 32.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.9 g; Błonnik: 12.76 g; : 3.37 g; : 78.49 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 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 60 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g ( <u>SEL,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1833.53 kcal; Białko: 61.77 g; Węglowodany : 224.59 g; suma cukrów: 65.46 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.82 g; Błonnik: 24.02 g; : 7.29 g; : 200.56 g;

<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 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 250 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1980.75 kcal; Białko: 65.95 g; Węglowodany : 236.15 g; suma cukrów: 66.15 g; Tłuszcz: 93.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 41.27 g; Błonnik: 24.45 g; : 7.2 g; : 211.69 g;

<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 80 g , dynia pieczona 100 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 250 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 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1960.91 kcal; Białko: 74.35 g; Węglowodany : 240.56 g; suma cukrów: 69.15 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.34 g; Błonnik: 25.33 g; : 7.65 g; : 215.21 g;

<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>II Śniadanie:</b> kiwi 90 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),	
----------------------------------	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1952.72 kcal; Białko: 63.48 g; Węglowodany : 252.79 g; suma cukrów: 62.34 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.12 g; Błonnik: 33.88 g; : 6.8 g; : 218.9 g;

<b>czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU, _</u> ), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), dynia pieczona 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 250 g ( <u>MLE, 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> banan 120 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1849.98 kcal; Białko: 56.73 g; Węglowodany : 235.76 g; suma cukrów: 66.43 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.01 g; Błonnik: 36.04 g; : 6.67 g; : 199.71 g;

<b>czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU, _</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL, _</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1455.23 kcal; Białko: 44.46 g; Węglowodany : 157.66 g; suma cukrów: 64.36 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.23 g; Błonnik: 20.15 g; : 5.14 g; : 137.5 g;

<b>czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE, _</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.13 kcal; Białko: 77.38 g; Węglowodany : 224.17 g; suma cukrów: 40.48 g; Tłuszcz: 91.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.08 g; Błonnik: 22.58 g; : 6.86 g; : 201.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
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> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1807.84 kcal; Białko: 38.54 g; Węglowodany : 249.68 g; suma cukrów: 118.06 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.47 g; Błonnik: 24.35 g; : 4.93 g; : 225.32 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU, 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: 2093.99 kcal; Białko: 74.81 g; Węglowodany : 266.69 g; suma cukrów: 35.31 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.86 g; Błonnik: 25.39 g; : 7.13 g; : 241.3 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa krem z selera 400 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: koktajl bananowy 300 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1845.77 kcal; Białko: 68.36 g; Węglowodany : 224.78 g; suma cukrów: 132.02 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.72 g; Błonnik: 27.37 g; : 3.13 g; : 197.44 g;

czwartek 2024-05-02 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: 643.22 kcal; Białko: 17.52 g; Węglowodany : 99.17 g; suma cukrów: 77.22 g; Tłuszcz: 22.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.21 g; Błonnik: 12.63 g; : .98 g; : 86.55 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka konserwowa 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL, _</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL, _</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1640.9 kcal; Białko: 56.1 g; Węglowodany : 212.26 g; suma cukrów: 64.05 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.02 g; Błonnik: 29.7 g; : 6.57 g; : 182.55 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 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 250 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> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy BM 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1748.95 kcal; Białko: 51.28 g; Węglowodany : 217.78 g; suma cukrów: 58.02 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.99 g; Błonnik: 26.79 g; : 6.92 g; : 190.98 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 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 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2370 kcal; Białko: 77.92 g; Węglowodany : 288.66 g; suma cukrów: 62.19 g; Tłuszcz: 121.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.18 g; Błonnik: 26.25 g; : 7.35 g; : 262.42 g;

czwartek 2024-05-02		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 250 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> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1987.43 kcal; Białko: 56.92 g; Węglowodany : 229.4 g; suma cukrów: 70.73 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 49.63 g; Błonnik: 26.7 g; : 5.88 g; : 202.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenney 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 20 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 30 g , ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), gotowane udko bez selera 100 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 20 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 30 g ( <u>SEL</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 50 g ,		<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1086.02 kcal; Białko: 41.84 g; Węglowodany : 128.26 g; suma cukrów: 30.53 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.53 g; Błonnik: 16.16 g; : 3.4 g; : 112.09 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), rissoto warzywne BM 250 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> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy BM 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1767.75 kcal; Białko: 57.36 g; Węglowodany : 211.06 g; suma cukrów: 61.6 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.04 g; Błonnik: 30.16 g; : 7.34 g; : 180.88 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 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 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1958.32 kcal; Białko: 53.86 g; Węglowodany : 290.64 g; suma cukrów: 116.58 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.7 g; Błonnik: 25.65 g; : 6.62 g; : 264.98 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g ( <b>SEL,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1833.53 kcal; Białko: 61.77 g; Węglowodany : 224.59 g; suma cukrów: 65.46 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.82 g; Błonnik: 24.02 g; : 7.29 g; : 200.56 g;

<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1980.75 kcal; Białko: 65.95 g; Węglowodany : 236.15 g; suma cukrów: 66.15 g; Tłuszcz: 93.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 41.27 g; Błonnik: 24.45 g; : 7.2 g; : 211.69 g;

<b>czwartek 2024-05-02      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 80 g , dynia pieczona 100 g , salata maslowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczerek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1960.91 kcal; Białko: 74.35 g; Węglowodany : 240.56 g; suma cukrów: 69.15 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.34 g; Błonnik: 25.33 g; : 7.65 g; : 215.21 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 90 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1952.72 kcal; Białko: 63.48 g; Węglowodany : 252.79 g; suma cukrów: 62.34 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.12 g; Błonnik: 33.88 g; : 6.8 g; : 218.9 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 250 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> banan 120 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1849.98 kcal; Białko: 56.73 g; Węglowodany : 235.76 g; suma cukrów: 66.43 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.01 g; Błonnik: 36.04 g; : 6.67 g; : 199.71 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 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 250 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 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1455.23 kcal; Białko: 44.46 g; Węglowodany : 157.66 g; suma cukrów: 64.36 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.23 g; Błonnik: 20.15 g; : 5.14 g; : 137.5 g;

czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 50 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 , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.13 kcal; Białko: 77.38 g; Węglowodany : 224.17 g; suma cukrów: 40.48 g; Tłuszcz: 91.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.08 g; Błonnik: 22.58 g; : 6.86 g; : 201.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ), dżem brzoskwinowy 150 g ,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1807.84 kcal; Białko: 38.54 g; Węglowodany : 249.68 g; suma cukrów: 118.06 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.47 g; Błonnik: 24.35 g; : 4.93 g; : 225.32 g;

czwartek 2024-05-02 <b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2093.99 kcal; Białko: 74.81 g; Węglowodany : 266.69 g; suma cukrów: 35.31 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.86 g; Błonnik: 25.39 g; : 7.13 g; : 241.3 g;

czwartek 2024-05-02 <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata</b>		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa krem z selera 400 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 300 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 300 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1845.77 kcal; Białko: 68.36 g; Węglowodany : 224.78 g; suma cukrów: 132.02 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.72 g; Błonnik: 27.37 g; : 3.13 g; : 197.44 g;

czwartek 2024-05-02 <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona</b>		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE,</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 400 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 643.22 kcal; Białko: 17.52 g; Węglowodany : 99.17 g; suma cukrów: 77.22 g; Tłuszcz: 22.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.21 g; Błonnik: 12.63 g; : .98 g; : 86.55 g;

czwartek 2024-05-02 <b>Jadłospis dla diety: Płynna</b>		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka konserwowa 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL, _</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL, _</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1640.9 kcal; Białko: 56.1 g; Węglowodany : 212.26 g; suma cukrów: 64.05 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.02 g; Błonnik: 29.7 g; : 6.57 g; : 182.55 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 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 250 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> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy BM 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1748.95 kcal; Białko: 51.28 g; Węglowodany : 217.78 g; suma cukrów: 58.02 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.99 g; Błonnik: 26.79 g; : 6.92 g; : 190.98 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 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 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2370 kcal; Białko: 77.92 g; Węglowodany : 288.66 g; suma cukrów: 62.19 g; Tłuszcz: 121.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.18 g; Błonnik: 26.25 g; : 7.35 g; : 262.42 g;

czwartek 2024-05-02		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 250 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> ),	
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1987.43 kcal; Białko: 56.92 g; Węglowodany : 229.4 g; suma cukrów: 70.73 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nas. ogółem: 49.63 g; Błonnik: 26.7 g; : 5.88 g; : 202.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 20 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 30 g , ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), gotowane udko bez selera 100 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 20 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 30 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: mus jabłkowy 50 g ,		Podwieczorek: koktajl bananowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1086.02 kcal; Białko: 41.84 g; Węglowodany : 128.26 g; suma cukrów: 30.53 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.53 g; Błonnik: 16.16 g; : 3.4 g; : 112.09 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), rissoto warzywne BM 250 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 bananowy BM 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1767.75 kcal; Białko: 57.36 g; Węglowodany : 211.06 g; suma cukrów: 61.6 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.04 g; Błonnik: 30.16 g; : 7.34 g; : 180.88 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 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 250 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 60 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		Podwieczorek: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1958.32 kcal; Białko: 53.86 g; Węglowodany : 290.64 g; suma cukrów: 116.58 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.7 g; Błonnik: 25.65 g; : 6.62 g; : 264.98 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 150 g ( <u>MLE, 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 40 g , pasta z pieczonych warzyw 70 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g ,		Podwieczorek: koktajl bananowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1388.38 kcal; Białko: 48.65 g; Węglowodany : 160.71 g; suma cukrów: 49.75 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.89 g; Błonnik: 17.46 g; : 5.92 g; : 143.24 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 40 g, ser twarogowy 40 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 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ), herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1441.32 kcal; Białko: 48.68 g; Węglowodany : 171.01 g; suma cukrów: 56.1 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.22 g; Błonnik: 16.91 g; : 5.05 g; : 154.1 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g, dynia pieczona 80 g, salata masłowa 15 g, ser twarogowy 80 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ), herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1489.49 kcal; Białko: 55.61 g; Węglowodany : 175.94 g; suma cukrów: 58.88 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.16 g; Błonnik: 18.08 g; : 5.49 g; : 157.85 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 70 g, salata masłowa 15 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto (ryż brązowy) warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1519.22 kcal; Białko: 58.84 g; Węglowodany : 170.76 g; suma cukrów: 57.37 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35 g; Błonnik: 21.73 g; : 5.38 g; : 149.01 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 100 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml BC 150 g, zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto (ryż brązowy) warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,	<b>Podwieczorek:</b> banan 120 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1538.78 kcal; Białko: 54.88 g; Węglowodany : 188.3 g; suma cukrów: 63.16 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.48 g; Błonnik: 28.27 g; : 5.58 g; : 160.02 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 100 g, salata masłowa 15 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowane udko bez selera 60 g, ziemniaki gotowane 70 g, gotowana marchewka juniorka 70 g,	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 40 g, salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1472.14 kcal; Białko: 54.12 g; Węglowodany : 161.56 g; suma cukrów: 33.59 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.6 g; Błonnik: 17.25 g; : 4.87 g; : 144.29 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 100 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ), dżem brzoskwinowy 70 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1390.29 kcal; Białko: 32.21 g; Węglowodany : 174.61 g; suma cukrów: 82.32 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.45 g; Błonnik: 18.77 g; : 4.08 g; : 155.82 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g, dynia pieczona 100 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), risotto warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1344.78 kcal; Białko: 47.77 g; Węglowodany : 163.43 g; suma cukrów: 59.01 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.82 g; Błonnik: 21.28 g; : 5.34 g; : 142.13 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 20 g, szynka konserwowa 60 g, dynia pieczona 70 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 20 g, szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy BM 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1311.67 kcal; Białko: 42.62 g; Węglowodany : 155.69 g; suma cukrów: 51.57 g; Tłuszcz: 68.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.88 g; Błonnik: 21.14 g; : 5.31 g; : 134.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g, dynia pieczona 50 g, salata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ), herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 80 g, szynka gotowana 40 g,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g,	Podwieczorek: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1511.33 kcal; Białko: 42.85 g; Węglowodany : 209.01 g; suma cukrów: 86.91 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 25.3 g; Błonnik: 18.8 g; : 5.12 g; : 190.2 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 70 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <u>SEL</u> ), ser topiony w kostce 25 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g,	Podwieczorek: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1453.01 kcal; Białko: 40.1 g; Węglowodany : 168.06 g; suma cukrów: 59.23 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 36.44 g; Błonnik: 18.88 g; : 3.97 g; : 149.16 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g, szynka konserwowa 40 g, dynia pieczona 70 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <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> ), margaryna 20 g, szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g,	Podwieczorek: koktajl bananowy BM 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1373.94 kcal; Białko: 39.43 g; Węglowodany : 177.22 g; suma cukrów: 50.15 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 14.18 g; Błonnik: 21.69 g; : 5.37 g; : 155.52 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 40 g, ser twarogowy 20 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 50 g ( <u>MLE</u> , <u>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 50 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 20 g,	Podwieczorek: koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 900.75 kcal; Białko: 32.15 g; Węglowodany : 106.52 g; suma cukrów: 29.13 g; Tłuszcz: 42.32 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 18.39 g; Błonnik: 11.22 g; : 4.08 g; : 95.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 30 g, ser twarogowy 25 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</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ), herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 965.47 kcal; Białko: 32.25 g; Węglowodany : 114.81 g; suma cukrów: 30.58 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.94 g; Błonnik: 12.23 g; : 3.53 g; : 102.57 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 40 g, dynia pieczona 50 g, salata masłowa 10 g, ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 50 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,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1001.73 kcal; Białko: 37.63 g; Węglowodany : 113.62 g; suma cukrów: 30.17 g; Tłuszcz: 47.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.95 g; Błonnik: 11.24 g; : 3.76 g; : 102.37 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 40 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 25 g, salata masłowa 10 g, ser twarogowy 25 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 50 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 40 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 70 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 930.26 kcal; Białko: 33.66 g; Węglowodany : 109.88 g; suma cukrów: 31.17 g; Tłuszcz: 43.26 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.66 g; Błonnik: 13.78 g; : 3.67 g; : 96.09 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto (ryż brązowy) warzywne 50 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g,	<b>Podwieczorek:</b> banan 120 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 986.37 kcal; Białko: 37.27 g; Węglowodany : 131.55 g; suma cukrów: 40.75 g; Tłuszcz: 35.94 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.5 g; Błonnik: 17.5 g; : 4.23 g; : 114.04 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 20 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 25 g, salata masłowa 10 g, ser twarogowy 25 g ( <u>MLE,</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), gotowane udko bez selera 60 g, ziemniaki gotowane 50 g, gotowana marchewka juniorka 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g, salata masłowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1006.35 kcal; Białko: 44.14 g; Węglowodany : 114.32 g; suma cukrów: 22.48 g; Tłuszcz: 45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.34 g; Błonnik: 10.74 g; : 3.68 g; : 103.58 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 40 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 30 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwinowy 50 g,
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 20 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 848.5 kcal; Białko: 19.98 g; Węglowodany : 111.53 g; suma cukrów: 47.09 g; Tłuszcz: 40.29 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.02 g; Błonnik: 11.55 g; : 2.6 g; : 99.97 g;

czwartek 2024-05-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 40 g, dynia pieczona 30 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krem z selera bg/bm 100 g ( <u>SEL,</u> ), risotto warzywne 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 40 g, pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <u>SEL,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 30 g,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl bananowy 80 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 860.94 kcal; Białko: 31.54 g; Węglowodany : 107.88 g; suma cukrów: 32.4 g; Tłuszcz: 41.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.5 g; Błonnik: 14.31 g; : 3.59 g; : 93.56 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), surówka z kapusty modrej 150 g , sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1987.09 kcal; Białko: 73.37 g; Węglowodany : 258.86 g; suma cukrów: 76.03 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.39 g; Błonnik: 25.79 g; : 6.39 g; : 231.57 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2160.97 kcal; Białko: 76.72 g; Węglowodany : 280.23 g; suma cukrów: 81.84 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.44 g; Błonnik: 26.89 g; : 7.01 g; : 251.85 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 200 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2034.59 kcal; Białko: 77.8 g; Węglowodany : 277.68 g; suma cukrów: 79.71 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.02 g; Błonnik: 29.37 g; : 7.06 g; : 246.82 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 200 g ,	
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1864.7 kcal; Białko: 72.87 g; Węglowodany : 226.02 g; suma cukrów: 73.31 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.97 g; Błonnik: 27.06 g; : 6.21 g; : 197.48 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml BC 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy BC 200 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1815.34 kcal; Białko: 75.99 g; Węglowodany : 211.39 g; suma cukrów: 55.57 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.71 g; Błonnik: 28.69 g; : 6.35 g; : 181.23 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wiśniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1562.42 kcal; Białko: 56.19 g; Węglowodany : 178.88 g; suma cukrów: 70.38 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.74 g; Błonnik: 21.98 g; : 5.46 g; : 156.9 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2036.33 kcal; Białko: 83.33 g; Węglowodany : 241.29 g; suma cukrów: 52.01 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.22 g; Błonnik: 26.36 g; : 7.32 g; : 213.45 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,	
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 200 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.78 kcal; Białko: 57.07 g; Węglowodany : 312.25 g; suma cukrów: 126.26 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.42 g; Błonnik: 30.24 g; : 5.69 g; : 282.01 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1936.96 kcal; Białko: 70.92 g; Węglowodany : 232.44 g; suma cukrów: 30.74 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.87 g; Błonnik: 20.97 g; : 6.97 g; : 211.47 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa dyniowa bg/bm 300 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , piersz kurczka gotowana bez selera 250 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 400 g ( <u>MLE,</u> ),	
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 300 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.53 kcal; Białko: 100.9 g; Węglowodany : 252.26 g; suma cukrów: 159.05 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.15 g; Błonnik: 17.37 g; : 2.85 g; : 234.91 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE,</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 512.09 kcal; Białko: 16.22 g; Węglowodany : 94.82 g; suma cukrów: 76.06 g; Tłuszcz: 9.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.11 g; Błonnik: 10.15 g; : .7 g; : 84.69 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU, SEL,</u> ),	herbata 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g ( <u>RYB, MIĘ</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2014.09 kcal; Białko: 89.77 g; Węglowodany : 244.41 g; suma cukrów: 70.99 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.52 g; Błonnik: 31.47 g; : 7.61 g; : 211.46 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g ( <u>RYB, MIĘ</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2120.78 kcal; Białko: 75.94 g; Węglowodany : 253.55 g; suma cukrów: 72.39 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.49 g; Błonnik: 28.4 g; : 7.89 g; : 225.15 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIĘ</u> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.12 kcal; Białko: 74.34 g; Węglowodany : 280.81 g; suma cukrów: 65.9 g; Tłuszcz: 100.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.82 g; Błonnik: 23.37 g; : 7.08 g; : 257.45 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	surówka z kapusty modrej 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.11 kcal; Białko: 47.5 g; Węglowodany : 290.52 g; suma cukrów: 106.28 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.44 g; Błonnik: 26.03 g; : 4.25 g; : 263 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , piersz kurczka gotowana bez selera 50 g ( <u>SEL,</u> ), dynia gotowana 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiniowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1052.63 kcal; Białko: 44.39 g; Węglowodany : 143.36 g; suma cukrów: 44.56 g; Tłuszcz: 34.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.13 g; Błonnik: 12.98 g; : 4.02 g; : 130.38 g;

piątek 2024-05-03		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 dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g ( <u>RYB, 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2026.61 kcal; Białko: 75.06 g; Węglowodany : 276.49 g; suma cukrów: 104.33 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.61 g; Błonnik: 31.57 g; : 7.34 g; : 244.92 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, 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 150 g , polędwica drobiowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2139.78 kcal; Białko: 67.37 g; Węglowodany : 325.11 g; suma cukrów: 126.66 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.79 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.06 g; : 295.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), surówka z kapusty modrej 150 g , sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1987.09 kcal; Białko: 73.37 g; Węglowodany : 258.86 g; suma cukrów: 76.03 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.39 g; Błonnik: 25.79 g; : 6.39 g; : 231.57 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2160.97 kcal; Białko: 76.72 g; Węglowodany : 280.23 g; suma cukrów: 81.84 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.44 g; Błonnik: 26.89 g; : 7.01 g; : 251.85 g;

<b>piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 200 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 250 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2034.59 kcal; Białko: 77.8 g; Węglowodany : 277.68 g; suma cukrów: 79.71 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.02 g; Błonnik: 29.37 g; : 7.06 g; : 246.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: smoothie jabłkowe 200 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1864.7 kcal; Białko: 72.87 g; Węglowodany : 226.02 g; suma cukrów: 73.31 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.97 g; Błonnik: 27.06 g; : 6.21 g; : 197.48 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml BC 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: jabłko 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy BC 200 g ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1815.34 kcal; Białko: 75.99 g; Węglowodany : 211.39 g; suma cukrów: 55.57 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.71 g; Błonnik: 28.69 g; : 6.35 g; : 181.23 g;

piątek 2024-05-03		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 dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: smoothie jabłkowe 200 g ,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1562.42 kcal; Białko: 56.19 g; Węglowodany : 178.88 g; suma cukrów: 70.38 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.74 g; Błonnik: 21.98 g; : 5.46 g; : 156.9 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2036.33 kcal; Białko: 83.33 g; Węglowodany : 241.29 g; suma cukrów: 52.01 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.22 g; Błonnik: 26.36 g; : 7.32 g; : 213.45 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.78 kcal; Białko: 57.07 g; Węglowodany : 312.25 g; suma cukrów: 126.26 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.42 g; Błonnik: 30.24 g; : 5.69 g; : 282.01 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <b>RYB, MIE,</b> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1936.96 kcal; Białko: 70.92 g; Węglowodany : 232.44 g; suma cukrów: 30.74 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.87 g; Błonnik: 20.97 g; : 6.97 g; : 211.47 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa dyniowa bg/bm 300 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , piersz kurczka gotowana bez selera 250 g ( <b>SEL,</b> ), dynia gotowana 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 400 g ( <b>MLE,</b> ),	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 300 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.53 kcal; Białko: 100.9 g; Węglowodany : 252.26 g; suma cukrów: 159.05 g; Tłuszcz: 52.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.15 g; Błonnik: 17.37 g; : 2.85 g; : 234.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE, _</b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 512.09 kcal; Białko: 16.22 g; Węglowodany : 94.82 g; suma cukrów: 76.06 g; Tłuszcz: 9.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.11 g; Błonnik: 10.15 g; : .7 g; : 84.69 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <b>MLE, _</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 120 g ( <b>RYB, MIE, _</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2014.09 kcal; Białko: 89.77 g; Węglowodany : 244.41 g; suma cukrów: 70.99 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.52 g; Błonnik: 31.47 g; : 7.61 g; : 211.46 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 120 g ( <b>RYB, MIE, _</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2120.78 kcal; Białko: 75.94 g; Węglowodany : 253.55 g; suma cukrów: 72.39 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.49 g; Błonnik: 28.4 g; : 7.89 g; : 225.15 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza 100 g ( <b>RYB, SEL, MIE, _</b> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.12 kcal; Białko: 74.34 g; Węglowodany : 280.81 g; suma cukrów: 65.9 g; Tłuszcz: 100.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.82 g; Błonnik: 23.37 g; : 7.08 g; : 257.45 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), serek grani 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	surówka z kapusty modrej 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.11 kcal; Białko: 47.5 g; Węglowodany : 290.52 g; suma cukrów: 106.28 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.44 g; Błonnik: 26.03 g; : 4.25 g; : 263 g;

piątek 2024-05-03		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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , piersz kurczka gotowana bez selera 50 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 40 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 50 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1052.63 kcal; Białko: 44.39 g; Węglowodany : 143.36 g; suma cukrów: 44.56 g; Tłuszcz: 34.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.13 g; Błonnik: 12.98 g; : 4.02 g; : 130.38 g;

piątek 2024-05-03		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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g ( <u>RYB</u> , <u>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 ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2026.61 kcal; Białko: 75.06 g; Węglowodany : 276.49 g; suma cukrów: 104.33 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.61 g; Błonnik: 31.57 g; : 7.34 g; : 244.92 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 200 g ,		<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2139.78 kcal; Białko: 67.37 g; Węglowodany : 325.11 g; suma cukrów: 126.66 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.79 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.06 g; : 295.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), surówka z kapusty modrej 100 g, sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 50 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 200 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1415.63 kcal; Białko: 57.55 g; Węglowodany : 173.22 g; suma cukrów: 51.93 g; Tłuszcz: 56.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.24 g; Błonnik: 17.91 g; : 4.95 g; : 154.27 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 30 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pieczony burak 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1443.95 kcal; Białko: 57.24 g; Węglowodany : 174.75 g; suma cukrów: 45.35 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.28 g; Błonnik: 17.83 g; : 5.03 g; : 155.88 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g, pomidor bs 70 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pieczony burak 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 50 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1432.46 kcal; Białko: 56.8 g; Węglowodany : 181.43 g; suma cukrów: 49.13 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.27 g; Błonnik: 20.46 g; : 5.04 g; : 159.93 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 70 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 50 g, pieczony burak 50 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1315.43 kcal; Białko: 53.55 g; Węglowodany : 150.78 g; suma cukrów: 48.67 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.3 g; Błonnik: 18.86 g; : 4.46 g; : 130.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 30 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <b>MLE</b> ), herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <b>RYB, MIE</b> ), pieczone warzywa 100 g ( <b>SEL</b> ), sos koperkowy 20 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 50 g,	
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy BC 150 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka (2 sztuki) 90 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1349.48 kcal; Białko: 58.49 g; Węglowodany : 153.3 g; suma cukrów: 45.44 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.45 g; Błonnik: 21.1 g; : 4.81 g; : 131.18 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 30 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <b>MLE</b> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <b>RYB, MIE</b> ), pieczone warzywa 100 g ( <b>SEL</b> ), sos koperkowy 20 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 30 g,	
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1441.66 kcal; Białko: 60.89 g; Węglowodany : 167.15 g; suma cukrów: 38.96 g; Tłuszcz: 60.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.16 g; Błonnik: 18.08 g; : 5.13 g; : 148.03 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 70 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <b>RYB, MIE</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL</b> ), sos koperkowy 20 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), pieczony burak 40 g, dżem brzoskwinowy 50 g,	
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g,	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1400.65 kcal; Białko: 36.24 g; Węglowodany : 195.87 g; suma cukrów: 68.5 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.08 g; Błonnik: 22.57 g; : 4 g; : 173.3 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , pomidor 70 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g , serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 20 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 40 g ,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1390.07 kcal; Białko: 62.77 g; Węglowodany : 162.17 g; suma cukrów: 46.52 g; Tłuszcz: 59.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.86 g; Błonnik: 21.59 g; : 5.38 g; : 139.55 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka biała 50 g , pomidor 40 g , dżem brzoskwinowy 50 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 130 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 130 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 20 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1472.99 kcal; Białko: 58.17 g; Węglowodany : 186.25 g; suma cukrów: 65.48 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.34 g; Błonnik: 23.5 g; : 5.53 g; : 162.75 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g , pomidor 70 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	pieczony burak 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwinowy 50 g , polędwica drobiowa 50 g ,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1441.92 kcal; Białko: 49.41 g; Węglowodany : 197.97 g; suma cukrów: 66.58 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.29 g; Błonnik: 20.86 g; : 5.04 g; : 177.11 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 70 g , herbata 150 g ,	surówka z kapusty modrej 100 g , kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , jajko sadzone 50 g , sos koperkowy 20 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 40 g , dżem brzoskwinowy 50 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 150 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1398.09 kcal; Białko: 35.53 g; Węglowodany : 186.76 g; suma cukrów: 64.24 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.43 g; Błonnik: 17.83 g; : 3 g; : 167.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g, szynka biała 60 g, pomidor 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, gotowany filet z dorsza bez selera 80 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 20 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g, polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 150 g,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1433.74 kcal; Białko: 53.2 g; Węglowodany : 168.27 g; suma cukrów: 47.53 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.69 g; Błonnik: 19.58 g; : 5.56 g; : 148.68 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 20 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB, MIE</u> ), surówka z kapusty modrej 50 g, sos koperkowy 15 g ( <u>GLU, 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> ), polędwica drobiowa 40 g, pieczony burak 30 g,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 100 g,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 80 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 914.6 kcal; Białko: 36.86 g; Węglowodany : 114.03 g; suma cukrów: 31.69 g; Tłuszcz: 35.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.51 g; Błonnik: 11.36 g; : 3.18 g; : 101.92 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 20 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	pieczony burak 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 100 g,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 80 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 993.77 kcal; Białko: 40.35 g; Węglowodany : 121.83 g; suma cukrów: 31.08 g; Tłuszcz: 39.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.99 g; Błonnik: 11.52 g; : 3.67 g; : 109.56 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 40 g, pomidor bs 50 g, salata masłowa 10 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB, MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	pieczony burak 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> smoothie jabłkowe 100 g,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 80 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1001.41 kcal; Białko: 40.89 g; Węglowodany : 122.94 g; suma cukrów: 31.86 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.05 g; Błonnik: 11.85 g; : 3.67 g; : 110.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g, salata masłowa 10 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 40 g, pieczony burak 40 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 100 g,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy 80 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 895.38 kcal; Białko: 38.72 g; Węglowodany : 101.27 g; suma cukrów: 33.35 g; Tłuszcz: 38.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.13 g; Błonnik: 11.97 g; : 3.34 g; : 88.55 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g, salata masłowa 10 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 50 g, pieczony burak 40 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,		Podwieczorek: kisiel wiśniowy BC 100 g, Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 946.89 kcal; Białko: 43.55 g; Węglowodany : 107.11 g; suma cukrów: 34.75 g; Tłuszcz: 39.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.55 g; Błonnik: 13.96 g; : 3.66 g; : 92.41 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 25 g, salata masłowa 10 g, serek granii 50 g ( <u>MLE</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 25 g,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 100 g,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1027.92 kcal; Białko: 47.53 g; Węglowodany : 117.38 g; suma cukrów: 27.06 g; Tłuszcz: 41.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.17 g; Błonnik: 11.79 g; : 4.16 g; : 104.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 40 g , masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 50 g , gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU, 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> ), pieczony burak 25 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 80 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 938.77 kcal; Białko: 28.93 g; Węglowodany : 133.78 g; suma cukrów: 50.28 g; Tłuszcz: 33.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.55 g; Błonnik: 13.11 g; : 2.84 g; : 120.67 g;

piątek 2024-05-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 40 g , pomidor 50 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g , serek granii 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 100 g , zupa dyniowa bg/bm 100 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 50 g , gotowany filet z dorsza bez selera 50 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy BM/BG 15 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 100 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 50 g , pieczony burak 25 g ,
II Śniadanie: smoothie jabłkowe 100 g ,		Podwieczorek: kisiel wisniowy 80 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 938.37 kcal; Białko: 43.61 g; Węglowodany : 111.61 g; suma cukrów: 31.4 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.54 g; Błonnik: 14.15 g; : 3.81 g; : 96.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , salata maslowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , pierogi z mięsem 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), salata lodowa 20 g ,
<b>II Sniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2285.21 kcal; Białko: 67.42 g; Węglowodany : 219.32 g; suma cukrów: 50.12 g; Tłuszcz: 128.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.5 g; Błonnik: 26.36 g; : 7.48 g; : 192.96 g;

<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Sniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2054.62 kcal; Białko: 96 g; Węglowodany : 273.37 g; suma cukrów: 36.42 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.59 g; Błonnik: 24.11 g; : 7.61 g; : 249.27 g;

<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 70 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 150 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Sniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2004.55 kcal; Białko: 105.29 g; Węglowodany : 287.59 g; suma cukrów: 36.61 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.76 g; Błonnik: 24.76 g; : 7.79 g; : 262.84 g;

<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 100 g , ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), salata maslowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), salata lodowa 20 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	
---	-------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.61 kcal; Białko: 75.49 g; Węglowodany : 212.74 g; suma cukrów: 43.95 g; Tłuszcz: 92.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.53 g; Błonnik: 28.56 g; : 6.9 g; : 184.19 g;

<b>sobota 2024-05-04</b>	<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	
--------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
---	--	---

<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), gruszka 150 g ,
---	-------------------------------------	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1946.44 kcal; Białko: 73.56 g; Węglowodany : 230.34 g; suma cukrów: 54.63 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.48 g; Błonnik: 31.23 g; : 6.89 g; : 199.11 g;

<b>sobota 2024-05-04</b>	<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>	
--------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
--	--	---

<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	
------------------------------------	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1402.92 kcal; Białko: 77.71 g; Węglowodany : 185.98 g; suma cukrów: 37.02 g; Tłuszcz: 40.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.61 g; Błonnik: 20.39 g; : 5.26 g; : 165.6 g;

<b>sobota 2024-05-04</b>	<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>	
--------------------------	--	--

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ),
--	--	--

<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	
------------------------------------	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2047.12 kcal; Białko: 95.38 g; Węglowodany : 292.14 g; suma cukrów: 36.79 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.96 g; Błonnik: 25.6 g; : 7.82 g; : 266.55 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 300 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 ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1706.44 kcal; Białko: 48.17 g; Węglowodany : 193.61 g; suma cukrów: 28.37 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.73 g; Błonnik: 22.56 g; : 5.44 g; : 171.05 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.04 kcal; Białko: 91.07 g; Węglowodany : 243.36 g; suma cukrów: 31.93 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.37 g; Błonnik: 21.95 g; : 6.91 g; : 221.43 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata</b>		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	ziemniaki gotowane 300 g , piers z kurczka gotowana bez selera 300 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 300 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , margaryna 30 g ,	koktajl marchew/banan/jabłko 300 g , herbata 200 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 300 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1806.87 kcal; Białko: 118.87 g; Węglowodany : 237.5 g; suma cukrów: 120.37 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.31 g; Błonnik: 24.38 g; : 3.21 g; : 213.15 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona</b>		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl bananowy 300 g ( <u>MLE</u> ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 810.95 kcal; Białko: 33.45 g; Węglowodany : 124.33 g; suma cukrów: 95.91 g; Tłuszcz: 22.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.76 g; Błonnik: 10.97 g; : 1.25 g; : 113.36 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Płynna</b>		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , gotowany kalafior 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ),	chleb bezglutenowy 120 g , herbata 200 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.14 kcal; Białko: 86.52 g; Węglowodany : 246.67 g; suma cukrów: 27.82 g; Tłuszcz: 77.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.29 g; Błonnik: 31.08 g; : 6.63 g; : 215.59 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ), ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), herbata 200 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL</b> ), sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1870.46 kcal; Białko: 74.47 g; Węglowodany : 238.86 g; suma cukrów: 27.47 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.21 g; Błonnik: 23.98 g; : 7.33 g; : 214.88 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka biała 60 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml BC 200 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1857.08 kcal; Białko: 89.34 g; Węglowodany : 233.69 g; suma cukrów: 29.46 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.13 g; Błonnik: 23.06 g; : 7.17 g; : 210.65 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g ( <b>MLE</b> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <b>SEL</b> ), risotto z burakami 350 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g ( <b>SEL</b> ), sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1740.07 kcal; Białko: 45.76 g; Węglowodany : 183.73 g; suma cukrów: 30.24 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.41 g; Błonnik: 21.97 g; : 6.55 g; : 161.76 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 40 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 50 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 50 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 30 g ,	
II Śniadanie: banan 60 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1056.5 kcal; Białko: 44.12 g; Węglowodany : 120.85 g; suma cukrów: 18.55 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.08 g; Błonnik: 11.89 g; : 3.43 g; : 108.97 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL</b> ), salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1866.26 kcal; Białko: 78.74 g; Węglowodany : 239.94 g; suma cukrów: 24.65 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.32 g; Błonnik: 27.96 g; : 7.23 g; : 211.98 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.69 kcal; Białko: 93.82 g; Węglowodany : 283.05 g; suma cukrów: 36.26 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.42 g; Błonnik: 25.95 g; : 7.19 g; : 257.11 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 40 g , sałata masłowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , pierogi z mięsem 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2285.21 kcal; Białko: 67.42 g; Węglowodany : 219.32 g; suma cukrów: 50.12 g; Tłuszcz: 128.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.5 g; Błonnik: 26.36 g; : 7.48 g; : 192.96 g;

<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2054.62 kcal; Białko: 96 g; Węglowodany : 273.37 g; suma cukrów: 36.42 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.59 g; Błonnik: 24.11 g; : 7.61 g; : 249.27 g;

<b>sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 70 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 150 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2004.55 kcal; Białko: 105.29 g; Węglowodany : 287.59 g; suma cukrów: 36.61 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.76 g; Błonnik: 24.76 g; : 7.79 g; : 262.84 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 100 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1962.61 kcal; Białko: 75.49 g; Węglowodany : 212.74 g; suma cukrów: 43.95 g; Tłuszcz: 92.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.53 g; Błonnik: 28.56 g; : 6.9 g; : 184.19 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: jabłko 150 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1946.44 kcal; Białko: 73.56 g; Węglowodany : 230.34 g; suma cukrów: 54.63 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.48 g; Błonnik: 31.23 g; : 6.89 g; : 199.11 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1402.92 kcal; Białko: 77.71 g; Węglowodany : 185.98 g; suma cukrów: 37.02 g; Tłuszcz: 40.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.61 g; Błonnik: 20.39 g; : 5.26 g; : 165.6 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2047.12 kcal; Białko: 95.38 g; Węglowodany : 292.14 g; suma cukrów: 36.79 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.96 g; Błonnik: 25.6 g; : 7.82 g; : 266.55 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 300 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 ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1706.44 kcal; Białko: 48.17 g; Węglowodany : 193.61 g; suma cukrów: 28.37 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.73 g; Błonnik: 22.56 g; : 5.44 g; : 171.05 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.04 kcal; Białko: 91.07 g; Węglowodany : 243.36 g; suma cukrów: 31.93 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.37 g; Błonnik: 21.95 g; : 6.91 g; : 221.43 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	ziemniaki gotowane 300 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 300 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 300 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , margaryna 30 g ,	koktajl marchew/banan/jabłko 300 g , herbata 200 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 300 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 300 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1806.87 kcal; Białko: 118.87 g; Węglowodany : 237.5 g; suma cukrów: 120.37 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.31 g; Błonnik: 24.38 g; : 3.21 g; : 213.15 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl bananowy 300 g ( <u>MLE</u> ), mus jabłkowy 300 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 810.95 kcal; Białko: 33.45 g; Węglowodany : 124.33 g; suma cukrów: 95.91 g; Tłuszcz: 22.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.76 g; Błonnik: 10.97 g; : 1.25 g; : 113.36 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , gotowany kalafior 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 120 g , herbata 200 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1970.14 kcal; Białko: 86.52 g; Węglowodany : 246.67 g; suma cukrów: 27.82 g; Tłuszcz: 77.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.29 g; Błonnik: 31.08 g; : 6.63 g; : 215.59 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1870.46 kcal; Białko: 74.47 g; Węglowodany : 238.86 g; suma cukrów: 27.47 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.21 g; Błonnik: 23.98 g; : 7.33 g; : 214.88 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml BC 200 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), herbata 200 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1857.08 kcal; Białko: 89.34 g; Węglowodany : 233.69 g; suma cukrów: 29.46 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.13 g; Błonnik: 23.06 g; : 7.17 g; : 210.65 g;

sobota 2024-05-04 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> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 350 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 ciecierzycy z pomidorami 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1740.07 kcal; Białko: 45.76 g; Węglowodany : 183.73 g; suma cukrów: 30.24 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.41 g; Błonnik: 21.97 g; : 6.55 g; : 161.76 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 50 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 30 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 60 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1056.5 kcal; Białko: 44.12 g; Węglowodany : 120.85 g; suma cukrów: 18.55 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.08 g; Błonnik: 11.89 g; : 3.43 g; : 108.97 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1866.26 kcal; Białko: 78.74 g; Węglowodany : 239.94 g; suma cukrów: 24.65 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.32 g; Błonnik: 27.96 g; : 7.23 g; : 211.98 g;

sobota 2024-05-04 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> ), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.69 kcal; Białko: 93.82 g; Węglowodany : 283.05 g; suma cukrów: 36.26 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.42 g; Błonnik: 25.95 g; : 7.19 g; : 257.11 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 30 g , ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 30 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 150 g , pierogi z mięsem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), gotowany kalafior 130 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 15 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 70 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1670.13 kcal; Białko: 47 g; Węglowodany : 158.23 g; suma cukrów: 38.23 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.71 g; Błonnik: 19.35 g; : 5.07 g; : 138.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 30 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, ryż 130 g, piers z kurczka gotowana bez selera 100 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 130 g, sos biały 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 15 g, pomidor bs 30 g,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1508.81 kcal; Białko: 75.57 g; Węglowodany : 195.43 g; suma cukrów: 30.97 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.5 g; Błonnik: 17.6 g; : 5.67 g; : 177.84 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, ryż 150 g, piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g, sos biały 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 15 g, pomidor bs 50 g,
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1496.41 kcal; Białko: 82.17 g; Węglowodany : 203.69 g; suma cukrów: 32.81 g; Tłuszcz: 40.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.14 g; Błonnik: 18.63 g; : 5.81 g; : 185.06 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 30 g, ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 150 g, ryż brązowy 100 g, sharma drobiowa z sosem 100 g, surówka coleslaw 100 g,	chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 150 g, masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 80 g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1448.68 kcal; Białko: 59.08 g; Węglowodany : 145.06 g; suma cukrów: 30.88 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.29 g; Błonnik: 19.45 g; : 5.25 g; : 125.61 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 130 g, sharma drobiowa z sosem 100 g, surówka coleslaw 130 g,	chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 150 g, masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 80 g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 100 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), gruszka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1555.2 kcal; Białko: 62.23 g; Węglowodany : 176.34 g; suma cukrów: 45.44 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.96 g; Błonnik: 24.08 g; : 5.88 g; : 152.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 40 g , szynka biała 40 g , sałata masłowa 15 g , chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 130 g , piers z kurczka gotowana bez selera 100 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 130 g , sos biały 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 15 g , pomidor 30 g , chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 120 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1510.07 kcal; Białko: 71.13 g; Węglowodany : 213.71 g; suma cukrów: 31.57 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.32 g; Błonnik: 18.64 g; : 5.35 g; : 195.07 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g , ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <b>SEL,</b> ), risotto z burakami 300 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 70 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1352.62 kcal; Białko: 37.25 g; Węglowodany : 136.36 g; suma cukrów: 25.33 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.91 g; Błonnik: 16.57 g; : 4.35 g; : 119.79 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 40 g , ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , ryż 130 g , sharma drobiowa z sosem 100 g , gotowany kalafior 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL,</b> ),	chleb bezglutenowy 80 g , herbata 150 g , masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1528.11 kcal; Białko: 69.86 g; Węglowodany : 185.17 g; suma cukrów: 24.32 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.5 g; Błonnik: 23.59 g; : 5.28 g; : 161.58 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , ryż 140 g , sharma drobiowa z sosem 110 g , cukinia gotowana 140 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 15 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1509.54 kcal; Białko: 67.85 g; Węglowodany : 184.48 g; suma cukrów: 21.76 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.84 g; Błonnik: 21.04 g; : 6.18 g; : 163.44 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <u>SEL</u> ), ryż 140 g, piers z kurczka gotowana bez selera 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 140 g, sos biały 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 20 g, pomidor bs 50 g,
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1527.74 kcal; Białko: 78.64 g; Węglowodany : 213.2 g; suma cukrów: 34.75 g; Tłuszcz: 41.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.3 g; Błonnik: 19.93 g; : 5.77 g; : 193.29 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 200 g, zupa wywar warzywny 250 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 300 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 60 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1353.22 kcal; Białko: 33.55 g; Węglowodany : 135.54 g; suma cukrów: 26.08 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.36 g; Błonnik: 16.58 g; : 4.5 g; : 118.96 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, ogórek zielony 40 g, szynka biała 50 g, sałata masłowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 200 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <u>SEL</u> ), ryż 140 g, sharma drobiowa z sosem 110 g, cukinia gotowana 140 g,	chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), herbata 150 g, margaryna 15 g, szynka drobiowa z kurczaka 50 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1489.21 kcal; Białko: 61.79 g; Węglowodany : 188.15 g; suma cukrów: 25.05 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.28 g; Błonnik: 18.93 g; : 5.73 g; : 169.22 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 30 g, ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka biała 20 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 100 g, pierogi z mięsem 150 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), gotowany kalafior 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 25 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 50 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1093.97 kcal; Białko: 27.23 g; Węglowodany : 103.64 g; suma cukrów: 25.11 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.04 g; Błonnik: 11.64 g; : 3.27 g; : 92 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, piers z kurczka gotowana bez selera 60 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor bs 25 g,
<b>II Śniadanie:</b> banan 60 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 964.33 kcal; Białko: 49.95 g; Węglowodany : 119.07 g; suma cukrów: 17.55 g; Tłuszcz: 32.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.41 g; Błonnik: 10.97 g; : 4.23 g; : 108.11 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 40 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 100 g, piers z kurczka gotowana bez selera 80 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor bs 40 g,
<b>II Śniadanie:</b> banan 60 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1030.6 kcal; Białko: 53.33 g; Węglowodany : 133.94 g; suma cukrów: 18.23 g; Tłuszcz: 32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.21 g; Błonnik: 11.75 g; : 3.99 g; : 122.2 g;

sobota 2024-05-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 100 g, ryż brązowy 70 g, sharma drobiowa z sosem 60 g, surówka coleslaw 70 g,	chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 100 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 50 g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 75 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 920.53 kcal; Białko: 33.61 g; Węglowodany : 98.83 g; suma cukrów: 21.26 g; Tłuszcz: 44.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.91 g; Błonnik: 13.15 g; : 3.17 g; : 85.68 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 30 g, szynka biała 40 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 150 g ( <b>SEL,</b> ), ryż brązowy 70 g, sharma drobiowa z sosem 60 g, surówka coleslaw 70 g,	chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 100 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 50 g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko 75 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 941.62 kcal; Białko: 38.48 g; Węglowodany : 102.47 g; suma cukrów: 21.71 g; Tłuszcz: 43.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.73 g; Błonnik: 13.5 g; : 3.66 g; : 88.97 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 40 g, sałata masłowa 20 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ), ryż 50 g, piersz z kurczka gotowana bez selera 60 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 50 g ( <b>GLU,</b> ), sos biały 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor 25 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> banan 60 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1012.61 kcal; Białko: 48.26 g; Węglowodany : 134.71 g; suma cukrów: 17.23 g; Tłuszcz: 31.93 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.19 g; Błonnik: 11.74 g; : 4.14 g; : 122.98 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna</b>		
chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 30 g, ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ), risotto z burakami 150 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g ( <b>SEL,</b> ), sałata lodowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 50 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 866.63 kcal; Białko: 24.67 g; Węglowodany : 91.65 g; suma cukrów: 14.19 g; Tłuszcz: 45.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.71 g; Błonnik: 10.53 g; : 3 g; : 81.11 g;

sobota 2024-05-04 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa</b>		
chleb bezglutenowy 60 g, masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ), sałata masłowa 20 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, sharma drobiowa z sosem 60 g, gotowany kalafior 50 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <b>SEL,</b> ),	chleb bezglutenowy 60 g, herbata 100 g, masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor 30 g,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 50 g,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1020.31 kcal; Białko: 44.5 g; Węglowodany : 111.61 g; suma cukrów: 12.61 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.14 g; Błonnik: 14.15 g; : 3.55 g; : 97.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.1 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 261.93 g; suma cukrów: 61.23 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.73 g; Błonnik: 30.5 g; : 8.3 g; : 231.46 g;

<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE, _</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2182.95 kcal; Białko: 90.23 g; Węglowodany : 278.37 g; suma cukrów: 61.21 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.57 g; Błonnik: 29.05 g; : 7.57 g; : 249.34 g;

<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 10 g ( <b>MLE, _</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE, _</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.15 kcal; Białko: 90.16 g; Węglowodany : 278.3 g; suma cukrów: 61.15 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.1 g; Błonnik: 29.05 g; : 7.57 g; : 249.27 g;

<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
--	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 200 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1868.98 kcal; Białko: 77.51 g; Węglowodany : 230.45 g; suma cukrów: 52.17 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.28 g; Błonnik: 33.44 g; : 7.79 g; : 197.03 g;

<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
<b>niedziela 2024-05-05</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 200 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ), słonecznik 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1949.4 kcal; Białko: 92.13 g; Węglowodany : 218.81 g; suma cukrów: 50.11 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.19 g; Błonnik: 30.81 g; : 7.14 g; : 188.02 g;

<b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
<b>niedziela 2024-05-05</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1510.02 kcal; Białko: 76.23 g; Węglowodany : 177.12 g; suma cukrów: 43.93 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.88 g; Błonnik: 24.64 g; : 5.78 g; : 152.5 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), salata masłowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,	
II Śniadanie: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.11 kcal; Białko: 104.17 g; Węglowodany : 269.37 g; suma cukrów: 63.38 g; Tłuszcz: 71.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.46 g; Błonnik: 25.71 g; : 8.62 g; : 243.68 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kotlety warzywne z brokułami 150 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <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> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2050.46 kcal; Białko: 62.45 g; Węglowodany : 314.92 g; suma cukrów: 63.5 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.09 g; Błonnik: 34.24 g; : 5.17 g; : 280.69 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2094.15 kcal; Białko: 82.58 g; Węglowodany : 273.04 g; suma cukrów: 35.9 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.15 g; Błonnik: 26.95 g; : 8.46 g; : 246.11 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 250 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 2 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1804.48 kcal; Białko: 87.8 g; Węglowodany : 210.44 g; suma cukrów: 96.2 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.32 g; Błonnik: 27.62 g; : 5.56 g; : 182.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (MLE, ), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g (GLU, SEL, ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE, ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 759.77 kcal; Białko: 27.67 g; Węglowodany : 135.67 g; suma cukrów: 95.35 g; Tłuszcz: 14.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.43 g; Błonnik: 10.55 g; : 1.18 g; : 125.13 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g (GLU, SEL, ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, ), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 350 g (SEL, ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, ), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g (SEL, ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, ), szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g (MLE, ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.97 kcal; Białko: 89.79 g; Węglowodany : 274.95 g; suma cukrów: 64.15 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.89 g; Błonnik: 38.65 g; : 9.07 g; : 236.33 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, ), chleb razowy 105 g (GLU, ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g (GLU, SEL, ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, ), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (SEL, ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, ), chleb razowy 105 g (GLU, ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2002.18 kcal; Białko: 79.81 g; Węglowodany : 275.14 g; suma cukrów: 65.81 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.01 g; Błonnik: 32.95 g; : 8.36 g; : 242.22 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.13 kcal; Białko: 80.64 g; Węglowodany : 260.38 g; suma cukrów: 30.76 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.86 g; Błonnik: 29.42 g; : 8.25 g; : 230.98 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <b>SEL,</b> ), kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <b>GLU,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1963.39 kcal; Białko: 65.32 g; Węglowodany : 283.51 g; suma cukrów: 64.53 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.07 g; Błonnik: 32.5 g; : 5.29 g; : 251.02 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 50 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone warzywa 50 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 40 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1047.72 kcal; Białko: 43.75 g; Węglowodany : 146.35 g; suma cukrów: 41.92 g; Tłuszcz: 33.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.19 g; Błonnik: 13.81 g; : 4.18 g; : 132.55 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 350 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 200 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2042.41 kcal; Białko: 86.12 g; Węglowodany : 274.68 g; suma cukrów: 65.97 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.86 g; Błonnik: 38.43 g; : 8.89 g; : 236.28 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05	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 , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.54 kcal; Białko: 92.71 g; Węglowodany : 296.65 g; suma cukrów: 66.76 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.77 g; Błonnik: 33.99 g; : 8.01 g; : 262.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1992.1 kcal; Białko: 82.29 g; Węglowodany : 261.93 g; suma cukrów: 61.23 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.73 g; Błonnik: 30.5 g; : 8.3 g; : 231.46 g;

<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE, _</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2182.95 kcal; Białko: 90.23 g; Węglowodany : 278.37 g; suma cukrów: 61.21 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.57 g; Błonnik: 29.05 g; : 7.57 g; : 249.34 g;

<b>niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 20 g ( <b>MLE, _</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL, _</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 10 g ( <b>MLE, _</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE, _</b> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.15 kcal; Białko: 90.16 g; Węglowodany : 278.3 g; suma cukrów: 61.15 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.1 g; Błonnik: 29.05 g; : 7.57 g; : 249.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1868.98 kcal; Białko: 77.51 g; Węglowodany : 230.45 g; suma cukrów: 52.17 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.28 g; Błonnik: 33.44 g; : 7.79 g; : 197.03 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), słonecznik 10 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1949.4 kcal; Białko: 92.13 g; Węglowodany : 218.81 g; suma cukrów: 50.11 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.19 g; Błonnik: 30.81 g; : 7.14 g; : 188.02 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1510.02 kcal; Białko: 76.23 g; Węglowodany : 177.12 g; suma cukrów: 43.93 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.88 g; Błonnik: 24.64 g; : 5.78 g; : 152.5 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,	
II Śniadanie: koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.11 kcal; Białko: 104.17 g; Węglowodany : 269.37 g; suma cukrów: 63.38 g; Tłuszcz: 71.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.46 g; Błonnik: 25.71 g; : 8.62 g; : 243.68 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), kotlety warzywne z brokułami 150 g ( <u>GLU,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <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> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2050.46 kcal; Białko: 62.45 g; Węglowodany : 314.92 g; suma cukrów: 63.5 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.09 g; Błonnik: 34.24 g; : 5.17 g; : 280.69 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2094.15 kcal; Białko: 82.58 g; Węglowodany : 273.04 g; suma cukrów: 35.9 g; Tłuszcz: 83.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.15 g; Błonnik: 26.95 g; : 8.46 g; : 246.11 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 250 g ( <u>SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <u>SEL,</u> ), margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 2 szt ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1804.48 kcal; Białko: 87.8 g; Węglowodany : 210.44 g; suma cukrów: 96.2 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.32 g; Błonnik: 27.62 g; : 5.56 g; : 182.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (MLE, ), jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g (GLU, SEL, ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE, ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 759.77 kcal; Białko: 27.67 g; Węglowodany : 135.67 g; suma cukrów: 95.35 g; Tłuszcz: 14.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.43 g; Błonnik: 10.55 g; : 1.18 g; : 125.13 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g (GLU, SEL, ),	herbata 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 186.8 kcal; Białko: 6.39 g; Węglowodany : 39.24 g; suma cukrów: 3.46 g; Tłuszcz: 1.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, ), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 350 g (SEL, ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, ), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g (SEL, ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE, ), szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g (MLE, ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.97 kcal; Białko: 89.79 g; Węglowodany : 274.95 g; suma cukrów: 64.15 g; Tłuszcz: 82.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.89 g; Błonnik: 38.65 g; : 9.07 g; : 236.33 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, ), chleb razowy 105 g (GLU, ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g (GLU, SEL, ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, ), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (SEL, ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, ), chleb razowy 105 g (GLU, ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2002.18 kcal; Białko: 79.81 g; Węglowodany : 275.14 g; suma cukrów: 65.81 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.01 g; Błonnik: 32.95 g; : 8.36 g; : 242.22 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL, _</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka konserwowa 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2010.13 kcal; Białko: 80.64 g; Węglowodany : 260.38 g; suma cukrów: 30.76 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.86 g; Błonnik: 29.42 g; : 8.25 g; : 230.98 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 350 g ( <u>SEL, _</u> ), kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <u>GLU, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <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> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE, _</u> ), salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1963.39 kcal; Białko: 65.32 g; Węglowodany : 283.51 g; suma cukrów: 64.53 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.07 g; Błonnik: 32.5 g; : 5.29 g; : 251.02 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 50 g ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 20 g ( <u>MLE, _</u> ), szynka konserwowa 40 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 50 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1047.72 kcal; Białko: 43.75 g; Węglowodany : 146.35 g; suma cukrów: 41.92 g; Tłuszcz: 33.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.19 g; Błonnik: 13.81 g; : 4.18 g; : 132.55 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 350 g ( <u>SEL, _</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL, _</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL, _</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2042.41 kcal; Białko: 86.12 g; Węglowodany : 274.68 g; suma cukrów: 65.97 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.86 g; Błonnik: 38.43 g; : 8.89 g; : 236.28 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 20 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2201.54 kcal; Białko: 92.71 g; Węglowodany : 296.65 g; suma cukrów: 66.76 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.77 g; Błonnik: 33.99 g; : 8.01 g; : 262.69 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 50 g , ogórek zielony 40 g , dżem brzoskwiniowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosół z makaronem 200 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <b>SEL,</b> ), pieczone warzywa 130 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 50 g , salata masłowa 15 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 130 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1445.95 kcal; Białko: 60.1 g; Węglowodany : 184.49 g; suma cukrów: 49.63 g; Tłuszcz: 54.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.01 g; Błonnik: 22.16 g; : 6.04 g; : 162.34 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 50 g , pomidor bs 40 g , dżem brzoskwiniowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosół z makaronem 200 g ( <b>GLU, SEL,</b> ), sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 100 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU,</b> ), masło 15 g ( <b>MLE,</b> ), ser twarogowy 70 g ( <b>MLE,</b> ), salata masłowa 15 g ,	
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 130 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1535.33 kcal; Białko: 63.93 g; Węglowodany : 194.12 g; suma cukrów: 47.56 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.23 g; Błonnik: 20.15 g; : 5.25 g; : 173.99 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, dżem brzoskwiowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 140 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 130 g,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1513.01 kcal; Białko: 64.53 g; Węglowodany : 198 g; suma cukrów: 49.58 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.21 g; Błonnik: 21.83 g; : 5.41 g; : 176.19 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 40 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 50 g, pomidor 40 g, salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 140 g,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1366.7 kcal; Białko: 56.36 g; Węglowodany : 166.3 g; suma cukrów: 43.42 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.04 g; Błonnik: 24.76 g; : 5.7 g; : 141.56 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 40 g, ogórek zielony 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 40 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 130 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 40 g, salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 140 g,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), słonecznik 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1442.02 kcal; Białko: 62.12 g; Węglowodany : 167.99 g; suma cukrów: 44.04 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.29 g; Błonnik: 24.22 g; : 4.82 g; : 143.79 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, ser twarogowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 120 g, pieczone warzywa 130 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), ser twarogowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 15 g, szynka konserwowa 40 g,
II Śniadanie: koktajl bananowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1596.12 kcal; Białko: 79.31 g; Węglowodany : 190.66 g; suma cukrów: 50.16 g; Tłuszcz: 59.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.96 g; Błonnik: 18.67 g; : 6.44 g; : 171.99 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), jajko gotowane 1 szt, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU, SEL,</u> ), kotlety warzywne z brokułami 150 g ( <u>GLU,</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone warzywa 100 g ( <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> ), ser twarogowy 40 g ( <u>MLE,</u> ), salata masłowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1518.55 kcal; Białko: 49.91 g; Węglowodany : 228.04 g; suma cukrów: 50.02 g; Tłuszcz: 54.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.22 g; Błonnik: 24.34 g; : 3.75 g; : 203.72 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem BG 200 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL,</u> ), sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 50 g, salata masłowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1447.21 kcal; Białko: 61.7 g; Węglowodany : 185.5 g; suma cukrów: 49.03 g; Tłuszcz: 56.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.26 g; Błonnik: 25.39 g; : 6.09 g; : 160.13 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , schab wiśniowy 50 g , ogórek zielony 40 g , dżem brzoskwiniowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosół z makaronem BG 200 g ( <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy BM/BG 40 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka konserwowa 50 g , salata masłowa 15 g ,	
II Śniadanie: jabłko 130 g ,		Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1445.43 kcal; Białko: 58.97 g; Węglowodany : 191.03 g; suma cukrów: 53.53 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.56 g; Błonnik: 27.34 g; : 6.13 g; : 163.71 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g , pomidor bs 40 g , dżem brzoskwiniowy 30 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 15 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g ,		Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1576.53 kcal; Białko: 65.51 g; Węglowodany : 200.14 g; suma cukrów: 49.21 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.89 g; Błonnik: 24.27 g; : 5.63 g; : 175.89 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt , ogórek zielony 40 g , dżem brzoskwiniowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa wywar warzywny 200 g ( <u>SEL</u> ), kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 15 g ,	
II Śniadanie: jabłko 130 g ,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1449.35 kcal; Białko: 50.9 g; Węglowodany : 205.93 g; suma cukrów: 50.54 g; Tłuszcz: 55.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.34 g; Błonnik: 22.98 g; : 3.77 g; : 182.95 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, szynka konserwowa 50 g, salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 130 g,	<b>Podwieczerek:</b> pomarańczko 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1423.15 kcal; Białko: 57.39 g; Węglowodany : 194.76 g; suma cukrów: 52.8 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.9 g; Błonnik: 23.42 g; : 5.95 g; : 171.36 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 25 g, dżem brzoskwiniowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 40 g, salata masłowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 975.57 kcal; Białko: 42.37 g; Węglowodany : 119.84 g; suma cukrów: 31.21 g; Tłuszcz: 37.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.44 g; Błonnik: 13.1 g; : 4.14 g; : 106.75 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 40 g, pomidor bs 30 g, dżem brzoskwiniowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 25 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 75 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1060.68 kcal; Białko: 46.86 g; Węglowodany : 127.16 g; suma cukrów: 31.17 g; Tłuszcz: 41.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.33 g; Błonnik: 13.29 g; : 3.89 g; : 113.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 40 g, pomidor bs 25 g, dżem brzoskwiniowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 25 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1026.83 kcal; Białko: 46.39 g; Węglowodany : 124.47 g; suma cukrów: 29.72 g; Tłuszcz: 39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.04 g; Błonnik: 12.17 g; : 3.8 g; : 112.3 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 40 g, ogórek zielony 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 40 g, pomidor 40 g, salata masłowa 15 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 858.76 kcal; Białko: 40.78 g; Węglowodany : 104.82 g; suma cukrów: 28.35 g; Tłuszcz: 32.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16 g; Błonnik: 14.76 g; : 3.96 g; : 90.08 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 30 g, salata masłowa 20 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g, chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g, salata masłowa 20 g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 75 g,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 897.54 kcal; Białko: 43.23 g; Węglowodany : 104.19 g; suma cukrów: 30.3 g; Tłuszcz: 35.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.41 g; Błonnik: 14.51 g; : 3.21 g; : 89.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 20 g, pomidor bs 30 g, ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g, szynka konserwowa 20 g,
II Śniadanie: koktajl bananowy 50 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1058.57 kcal; Białko: 51.9 g; Węglowodany : 119.65 g; suma cukrów: 27.28 g; Tłuszcz: 42.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21 g; Błonnik: 10.76 g; : 3.98 g; : 108.9 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 30 g, dżem brzoskwiniowy 60 g, salata masłowa 20 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kotlety warzywne z brokułami 50 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>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> ), ser twarogowy 30 g ( <u>MLE</u> ), salata masłowa 10 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 963.33 kcal; Białko: 25.65 g; Węglowodany : 153.92 g; suma cukrów: 46.66 g; Tłuszcz: 29.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.61 g; Błonnik: 15.07 g; : 2.21 g; : 138.86 g;

niedziela 2024-05-05		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 30 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem BG 100 g ( <u>SEL</u> ), gotowana szynka II danie bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 40 g, salata masłowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 925.88 kcal; Białko: 43.3 g; Węglowodany : 117.84 g; suma cukrów: 31.57 g; Tłuszcz: 34.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.52 g; Błonnik: 14.74 g; : 4.19 g; : 103.12 g;