

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta jajeczna 50 g ( <u>MLE, GOR,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 200 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 74.98 g; Węglowodany : 276.72 g; suma cukrów: 92.77 g; Tłuszcz: 119.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 51.04 g; Błonnik: 23.69 g; : 8.24 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2142.52 kcal; Białko: 75.79 g; Węglowodany : 238.26 g; suma cukrów: 71.9 g; Tłuszcz: 109.38 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 49.99 g; Błonnik: 19.85 g; : 7.47 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 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 wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1974.82 kcal; Białko: 71.36 g; Węglowodany : 240.33 g; suma cukrów: 73.46 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.65 g; Błonnik: 20.57 g; : 7.05 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2056.71 kcal; Białko: 59.78 g; Węglowodany : 245.44 g; suma cukrów: 92.14 g; Tłuszcz: 105.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 47.72 g; Błonnik: 26.82 g; : 6.12 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1853.8 kcal; Białko: 93.9 g; Węglowodany : 268.95 g; suma cukrów: 68.06 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.71 g; Błonnik: 32.51 g; : 6.4 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 40 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1634.64 kcal; Białko: 42.89 g; Węglowodany : 167.44 g; suma cukrów: 59.81 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.54 g; Błonnik: 17.36 g; : 4.62 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.91 kcal; Białko: 122.53 g; Węglowodany : 275.69 g; suma cukrów: 64.47 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.15 g; Błonnik: 26.29 g; : 8.19 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jablkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.37 kcal; Białko: 48.61 g; Węglowodany : 312.97 g; suma cukrów: 125.36 g; Tłuszcz: 100.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.35 g; Błonnik: 24.99 g; : 5.62 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.54 kcal; Białko: 108.8 g; Węglowodany : 269.1 g; suma cukrów: 39.49 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.39 g; Błonnik: 25.35 g; : 7.96 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1061.88 kcal; Białko: 61.27 g; Węglowodany : 176.16 g; suma cukrów: 83.36 g; Tłuszcz: 16.57 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 5.87 g; Błonnik: 18.78 g; : 2.17 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 warzywna z koperkiem bm/bg 400 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 703.45 kcal; Białko: 18.84 g; Węglowodany : 141.08 g; suma cukrów: 111.41 g; Tłuszcz: 10.95 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 5.3 g; Błonnik: 17.97 g; : .98 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

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

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.7 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 275.18 g; suma cukrów: 63.62 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 32.24 g; Błonnik: 36.06 g; : 8.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2252.04 kcal; Białko: 106.07 g; Węglowodany : 308.2 g; suma cukrów: 67.8 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.53 g; Błonnik: 35.09 g; : 7.99 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.72 kcal; Białko: 112.06 g; Węglowodany : 292.42 g; suma cukrów: 51.6 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.02 g; Błonnik: 25.86 g; : 7.86 g;

poniedziałek 2024-04-01 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 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2246.56 kcal; Białko: 37.35 g; Węglowodany : 322.04 g; suma cukrów: 133.98 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.85 g; Błonnik: 26.97 g; : 4.18 g;

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1385.46 kcal; Białko: 87.17 g; Węglowodany : 191.7 g; suma cukrów: 56.05 g; Tłuszcz: 34.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.18 g; Błonnik: 19.88 g; : 5.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2155.49 kcal; Białko: 110.98 g; Węglowodany : 305.69 g; suma cukrów: 89.53 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.04 g; Błonnik: 35.53 g; : 7.92 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2121.67 kcal; Białko: 66.42 g; Węglowodany : 293.19 g; suma cukrów: 123.18 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.67 g; Błonnik: 20.79 g; : 6.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta jajeczna 50 g ( <u>MLE, GOR,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), ogórek kiszony 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 200 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2316.22 kcal; Białko: 74.98 g; Węglowodany : 276.72 g; suma cukrów: 92.77 g; Tłuszcz: 119.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 51.04 g; Błonnik: 23.69 g; : 8.24 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2142.52 kcal; Białko: 75.79 g; Węglowodany : 238.26 g; suma cukrów: 71.9 g; Tłuszcz: 109.38 g; Kw. tł. nas. ogółem: 49.99 g; Błonnik: 19.85 g; : 7.47 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 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 wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1974.82 kcal; Białko: 71.36 g; Węglowodany : 240.33 g; suma cukrów: 73.46 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.65 g; Błonnik: 20.57 g; : 7.05 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2056.71 kcal; Białko: 59.78 g; Węglowodany : 245.44 g; suma cukrów: 92.14 g; Tłuszcz: 105.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 47.72 g; Błonnik: 26.82 g; : 6.12 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1853.8 kcal; Białko: 93.9 g; Węglowodany : 268.95 g; suma cukrów: 68.06 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.71 g; Błonnik: 32.51 g; : 6.4 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 40 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1634.64 kcal; Białko: 42.89 g; Węglowodany : 167.44 g; suma cukrów: 59.81 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.54 g; Błonnik: 17.36 g; : 4.62 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.91 kcal; Białko: 122.53 g; Węglowodany : 275.69 g; suma cukrów: 64.47 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.15 g; Błonnik: 26.29 g; : 8.19 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jablkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,	
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.37 kcal; Białko: 48.61 g; Węglowodany : 312.97 g; suma cukrów: 125.36 g; Tłuszcz: 100.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.35 g; Błonnik: 24.99 g; : 5.62 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.54 kcal; Białko: 108.8 g; Węglowodany : 269.1 g; suma cukrów: 39.49 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.39 g; Błonnik: 25.35 g; : 7.96 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1061.88 kcal; Białko: 61.27 g; Węglowodany : 176.16 g; suma cukrów: 83.36 g; Tłuszcz: 16.57 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.87 g; Błonnik: 18.78 g; : 2.17 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 warzywna z koperkiem bm/bg 400 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 703.45 kcal; Białko: 18.84 g; Węglowodany : 141.08 g; suma cukrów: 111.41 g; Tłuszcz: 10.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.3 g; Błonnik: 17.97 g; : .98 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

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

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <b>MLE,</b> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.7 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 275.18 g; suma cukrów: 63.62 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.24 g; Błonnik: 36.06 g; : 8.01 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2252.04 kcal; Białko: 106.07 g; Węglowodany : 308.2 g; suma cukrów: 67.8 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.53 g; Błonnik: 35.09 g; : 7.99 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2124.72 kcal; Białko: 112.06 g; Węglowodany : 292.42 g; suma cukrów: 51.6 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.02 g; Błonnik: 25.86 g; : 7.86 g;

poniedziałek 2024-04-01 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 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2246.56 kcal; Białko: 37.35 g; Węglowodany : 322.04 g; suma cukrów: 133.98 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.85 g; Błonnik: 26.97 g; : 4.18 g;

poniedziałek 2024-04-01 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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1385.46 kcal; Białko: 87.17 g; Węglowodany : 191.7 g; suma cukrów: 56.05 g; Tłuszcz: 34.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.18 g; Błonnik: 19.88 g; : 5.6 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2155.49 kcal; Białko: 110.98 g; Węglowodany : 305.69 g; suma cukrów: 89.53 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 15.04 g; Błonnik: 35.53 g; : 7.92 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2121.67 kcal; Białko: 66.42 g; Węglowodany : 293.19 g; suma cukrów: 123.18 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 36.67 g; Błonnik: 20.79 g; : 6.91 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pasta jajeczna 40 g ( <b>MLE, GOR</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), ogórek kiszony 40 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 150 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 120 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE</b> ), surówka z marchwi 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> ), schab wiśniowy 50 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 20 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1654.06 kcal; Białko: 55.4 g; Węglowodany : 185.35 g; suma cukrów: 63.26 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 38.98 g; Błonnik: 16.18 g; : 6.09 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), szynka wieprzowa 60 g , pasta twarogowo-dyniowa 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidor bs 40 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <b>SEL</b> ), pierogi z serem 120 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE</b> ), gotowana marchewka juniorka 120 g ,	sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1615.47 kcal; Białko: 56.01 g; Węglowodany : 174.16 g; suma cukrów: 57.76 g; Tłuszcz: 86.9 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 38.71 g; Błonnik: 14.77 g; : 5.42 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> , ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> , ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), sos jablkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> , ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> , ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1974.82 kcal; Białko: 71.36 g; Węglowodany : 240.33 g; suma cukrów: 73.46 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.65 g; Błonnik: 20.57 g; : 7.05 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> , ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> , ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), sos jablkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> , ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2056.71 kcal; Białko: 59.78 g; Węglowodany : 245.44 g; suma cukrów: 92.14 g; Tłuszcz: 105.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 47.72 g; Błonnik: 26.82 g; : 6.12 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> , , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1853.8 kcal; Białko: 93.9 g; Węglowodany : 268.95 g; suma cukrów: 68.06 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.71 g; Błonnik: 32.51 g; : 6.4 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE</u> , ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> , ), piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> , ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.91 kcal; Białko: 122.53 g; Węglowodany : 275.69 g; suma cukrów: 64.47 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.15 g; Błonnik: 26.29 g; : 8.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.37 kcal; Białko: 48.61 g; Węglowodany : 312.97 g; suma cukrów: 125.36 g; Tłuszcz: 100.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.35 g; Błonnik: 24.99 g; : 5.62 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.7 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 275.18 g; suma cukrów: 63.62 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.24 g; Błonnik: 36.06 g; : 8.01 g;

poniedziałek 2024-04-01		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 warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2155.49 kcal; Białko: 110.98 g; Węglowodany : 305.69 g; suma cukrów: 89.53 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.04 g; Błonnik: 35.53 g; : 7.92 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	salata 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: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2121.67 kcal; Białko: 66.42 g; Węglowodany : 293.19 g; suma cukrów: 123.18 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.67 g; Błonnik: 20.79 g; : 6.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01 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> ), pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi z serem 150 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 150 g ,	chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ),
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2246.56 kcal; Białko: 37.35 g; Węglowodany : 322.04 g; suma cukrów: 133.98 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 46.85 g; Błonnik: 26.97 g; : 4.18 g;

poniedziałek 2024-04-01 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 , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2252.04 kcal; Białko: 106.07 g; Węglowodany : 308.2 g; suma cukrów: 67.8 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.53 g; Błonnik: 35.09 g; : 7.99 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), szynka wieprzowa 40 g , pasta jajeczna 25 g ( <b>MLE, GOR,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek kiszony 30 g , sałata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi z serem 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), surówka z marchwi 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> ), schab wiśniowy 40 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 15 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 10 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1092.06 kcal; Białko: 37.95 g; Węglowodany : 121.91 g; suma cukrów: 37.08 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.79 g; Błonnik: 10.55 g; : 4.3 g;

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowo-dyniowa 30 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor bs 30 g , sałata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g ( <b>SEL,</b> ), pierogi z serem 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), gotowana marchewka juniorka 50 g ,	sałata lodowa 10 g , herbata 100 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 50 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 10 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1032.91 kcal; Białko: 38.88 g; Węglowodany : 107.84 g; suma cukrów: 30.22 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.47 g; Błonnik: 8.46 g; : 3.75 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1974.82 kcal; Białko: 71.36 g; Węglowodany : 240.33 g; suma cukrów: 73.46 g; Tłuszcz: 91.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.65 g; Błonnik: 20.57 g; : 7.05 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2056.71 kcal; Białko: 59.78 g; Węglowodany : 245.44 g; suma cukrów: 92.14 g; Tłuszcz: 105.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 47.72 g; Błonnik: 26.82 g; : 6.12 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> ), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: smoothie gruszkowe 250 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1853.8 kcal; Białko: 93.9 g; Węglowodany : 268.95 g; suma cukrów: 68.06 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.71 g; Błonnik: 32.51 g; : 6.4 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL</u> ), piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.91 kcal; Białko: 122.53 g; Węglowodany : 275.69 g; suma cukrów: 64.47 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.15 g; Błonnik: 26.29 g; : 8.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), pierogi z serem 150 g ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ), sos jabłkowo jogurtowy 50 g ( <u>MLE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2245.37 kcal; Białko: 48.61 g; Węglowodany : 312.97 g; suma cukrów: 125.36 g; Tłuszcz: 100.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 46.35 g; Błonnik: 24.99 g; : 5.62 g;

poniedziałek 2024-04-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , pasta twarogowo-dyniowa 50 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2101.7 kcal; Białko: 118.69 g; Węglowodany : 275.18 g; suma cukrów: 63.62 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.24 g; Błonnik: 36.06 g; : 8.01 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU,</u> <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 , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2241.68 kcal; Białko: 112.18 g; Węglowodany : 278.82 g; suma cukrów: 62.09 g; Tłuszcz: 82.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.94 g; Błonnik: 32.51 g; : 9.22 g;		
<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	salata maslowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2239.9 kcal; Białko: 120.09 g; Węglowodany : 268.31 g; suma cukrów: 72.92 g; Tłuszcz: 80.9 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.21 g; Błonnik: 20.86 g; : 9.35 g;		
<b>wtorek 2024-04-02 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 drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2176.61 kcal; Białko: 113.27 g; Węglowodany : 290.11 g; suma cukrów: 92.55 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.18 g; Błonnik: 22.26 g; : 8.66 g;		
<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2051.76 kcal; Białko: 117.59 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 62.04 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.99 g; Błonnik: 30.88 g; : 9.16 g;		
<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		



**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> panacotta BC 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2001.3 kcal; Białko: 105.82 g; Węglowodany : 229.44 g; suma cukrów: 45.57 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.55 g; Błonnik: 30.32 g; : 8.06 g;

<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ryż brązowy 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany bukiet warzyw 100 g , sos biały 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1718.33 kcal; Białko: 92.28 g; Węglowodany : 184.57 g; suma cukrów: 57.51 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.75 g; Błonnik: 23.39 g; : 6.45 g;

<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 200 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.14 kcal; Białko: 149.54 g; Węglowodany : 228.07 g; suma cukrów: 45.58 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.98 g; Błonnik: 22.64 g; : 10.59 g;

<b>wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany burak 150 g , sos biały 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> ), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> pomarańczko 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2138.61 kcal; Białko: 108.02 g; Węglowodany : 284.83 g; suma cukrów: 72.01 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.08 g; Błonnik: 30.88 g; : 8.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	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: 2257.55 kcal; Białko: 114.73 g; Węglowodany : 265.42 g; suma cukrów: 47 g; Tłuszcz: 93.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.31 g; Błonnik: 23.84 g; : 10.06 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1353.02 kcal; Białko: 81.71 g; Węglowodany : 198.46 g; suma cukrów: 111.71 g; Tłuszcz: 29.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.97 g; Błonnik: 16.59 g; : 3.37 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 wiosenna krem 400 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 724.7 kcal; Białko: 19.12 g; Węglowodany : 141.5 g; suma cukrów: 111.82 g; Tłuszcz: 13.01 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.53 g; Błonnik: 17.97 g; : .99 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

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

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko: 120.51 g; Węglowodany : 255.77 g; suma cukrów: 57.61 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 38.22 g; : 8.83 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		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 drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.63 kcal; Białko: 113.14 g; Węglowodany : 269.54 g; suma cukrów: 51.34 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.02 g; Błonnik: 33.14 g; : 9.02 g;

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2301 kcal; Białko: 118.06 g; Węglowodany : 294.79 g; suma cukrów: 44.56 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.68 g; Błonnik: 23.53 g; : 9.15 g;

wtorek 2024-04-02		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 topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g ( <u>SEL</u> ), frittata warzywna 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos tzatzyki 50 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.13 kcal; Białko: 77.82 g; Węglowodany : 268.66 g; suma cukrów: 64.64 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 52.74 g; Błonnik: 27.72 g; : 10.41 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1605.59 kcal; Białko: 101.65 g; Węglowodany : 198.86 g; suma cukrów: 70.77 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.18 g; Błonnik: 22.08 g; : 6.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL.</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL.</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko: 117.17 g; Węglowodany : 248.51 g; suma cukrów: 48.56 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.14 g; Błonnik: 39.1 g; : 8.97 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.68 kcal; Białko: 120.54 g; Węglowodany : 277.62 g; suma cukrów: 69.73 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.18 g; Błonnik: 28.11 g; : 9.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

wtorek 2024-04-02

## Jadłospis dla diety: Podstawowa

herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU,</u> <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 , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2241.68 kcal; Białko: 112.18 g; Węglowodany : 278.82 g; suma cukrów: 62.09 g; Tłuszcz: 82.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.94 g; Błonnik: 32.51 g; : 9.22 g;

wtorek 2024-04-02

## Jadłospis dla diety: Łatwostrawna

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , dżem brzoskwiowy 50 g , pieczona cukinia 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	salata maslowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2239.9 kcal; Białko: 120.09 g; Węglowodany : 268.31 g; suma cukrów: 72.92 g; Tłuszcz: 80.9 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.21 g; Błonnik: 20.86 g; : 9.35 g;

wtorek 2024-04-02

## Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , salata maslowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2176.61 kcal; Białko: 113.27 g; Węglowodany : 290.11 g; suma cukrów: 92.55 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.18 g; Błonnik: 22.26 g; : 8.66 g;

wtorek 2024-04-02

## Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa

herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU,</u> <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2051.76 kcal; Białko: 117.59 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 62.04 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.99 g; Błonnik: 30.88 g; : 9.16 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony w plasterkach 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2001.3 kcal; Białko: 105.82 g; Węglowodany : 229.44 g; suma cukrów: 45.57 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.55 g; Błonnik: 30.32 g; : 8.06 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony w plasterkach 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ryż brązowy 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany bukiet warzyw 100 g , sos biały 25 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1718.33 kcal; Białko: 92.28 g; Węglowodany : 184.57 g; suma cukrów: 57.51 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 40.75 g; Błonnik: 23.39 g; : 6.45 g;

wtorek 2024-04-02		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> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 200 g ( <u>SEL</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.14 kcal; Białko: 149.54 g; Węglowodany : 228.07 g; suma cukrów: 45.58 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.98 g; Błonnik: 22.64 g; : 10.59 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2138.61 kcal; Białko: 108.02 g; Węglowodany : 284.83 g; suma cukrów: 72.01 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.08 g; Błonnik: 30.88 g; : 8.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 90 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ),	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: 2257.55 kcal; Białko: 114.73 g; Węglowodany : 265.42 g; suma cukrów: 47 g; Tłuszcz: 93.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.31 g; Błonnik: 23.84 g; : 10.06 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 200 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1353.02 kcal; Białko: 81.71 g; Węglowodany : 198.46 g; suma cukrów: 111.71 g; Tłuszcz: 29.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.97 g; Błonnik: 16.59 g; : 3.37 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 wiosenna krem 400 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 724.7 kcal; Białko: 19.12 g; Węglowodany : 141.5 g; suma cukrów: 111.82 g; Tłuszcz: 13.01 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.53 g; Błonnik: 17.97 g; : .99 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

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

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko: 120.51 g; Węglowodany : 255.77 g; suma cukrów: 57.61 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 38.22 g; : 8.83 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		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 drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.63 kcal; Białko: 113.14 g; Węglowodany : 269.54 g; suma cukrów: 51.34 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.02 g; Błonnik: 33.14 g; : 9.02 g;

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2301 kcal; Białko: 118.06 g; Węglowodany : 294.79 g; suma cukrów: 44.56 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 32.68 g; Błonnik: 23.53 g; : 9.15 g;

wtorek 2024-04-02		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 topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g ( <u>SEL</u> ), frittata warzywna 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos tzatziki 50 g ( <u>MLE</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), salata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.13 kcal; Białko: 77.82 g; Węglowodany : 268.66 g; suma cukrów: 64.64 g; Tłuszcz: 92.95 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 52.74 g; Błonnik: 27.72 g; : 10.41 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata maslowa 20 g , pieczona cukinia 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1605.59 kcal; Białko: 101.65 g; Węglowodany : 198.86 g; suma cukrów: 70.77 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 21.18 g; Błonnik: 22.08 g; : 6.77 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL.</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL.</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko: 117.17 g; Węglowodany : 248.51 g; suma cukrów: 48.56 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.14 g; Błonnik: 39.1 g; : 8.97 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU.</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.68 kcal; Białko: 120.54 g; Węglowodany : 277.62 g; suma cukrów: 69.73 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 22.18 g; Błonnik: 28.11 g; : 9.77 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU.</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU.</u> ), ser topiony w plastrach 30 g ( <u>MLE.</u> ), masło 15 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 30 g , sałata masłowa 15 g , szynka drobiowa z kurczaka 30 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), ryż brązowy 120 g , gotowana szynka II danie bez selera 100 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany bukiet warzyw 120 g , sos biały 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> ), szynka gotowana 50 g , ogórek zielony 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1646.2 kcal; Białko: 86.29 g; Węglowodany : 202.93 g; suma cukrów: 49.14 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 31.48 g; Błonnik: 25.03 g; : 6.67 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU.</u> ), masło 15 g ( <u>MLE.</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , dżem brzoskwinowy 40 g , pieczona cukinia 40 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ), kasza jaglana 120 g , gotowana szynka II danie bez selera 100 g ( <u>SEL.</u> ), gotowany burak 120 g , sos biały 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ),	sałata masłowa 15 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU.</u> ), masło 15 g ( <u>MLE.</u> ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ),	Podwieczorek: panacotta 100 g ( <u>MLE.</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1659.28 kcal; Białko: 91.41 g; Węglowodany : 194.1 g; suma cukrów: 55.6 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 28.48 g; Błonnik: 15.65 g; : 6.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , sałata masłowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2176.61 kcal; Białko: 113.27 g; Węglowodany : 290.11 g; suma cukrów: 92.55 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 27.18 g; Błonnik: 22.26 g; : 8.66 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 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> , ), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2051.76 kcal; Białko: 117.59 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 62.04 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 36.99 g; Błonnik: 30.88 g; : 9.16 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> , ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 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> , ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2001.3 kcal; Białko: 105.82 g; Węglowodany : 229.44 g; suma cukrów: 45.57 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 43.55 g; Błonnik: 30.32 g; : 8.06 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 200 g ( <u>SEL</u> , ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	herbata 200 g , chleb pszenney 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.14 kcal; Białko: 149.54 g; Węglowodany : 228.07 g; suma cukrów: 45.58 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 39.98 g; Błonnik: 22.64 g; : 10.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ,),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2138.61 kcal; Białko: 108.02 g; Węglowodany : 284.83 g; suma cukrów: 72.01 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.08 g; Błonnik: 30.88 g; : 8.79 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ,),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko: 120.51 g; Węglowodany : 255.77 g; suma cukrów: 57.61 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 38.22 g; : 8.83 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2132.6 kcal; Białko: 117.17 g; Węglowodany : 248.51 g; suma cukrów: 48.56 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.14 g; Błonnik: 39.1 g; : 8.97 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ,),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.68 kcal; Białko: 120.54 g; Węglowodany : 277.62 g; suma cukrów: 69.73 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.18 g; Błonnik: 28.11 g; : 9.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		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 topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g ( <u>SEL,</u> ), papryka faszerowana 1 g ( <u>MLE,</u> ), sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE,</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1704 kcal; Białko: 46.32 g; Węglowodany : 223.63 g; suma cukrów: 58.36 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 44.63 g; Błonnik: 20.79 g; : 6.85 g;

wtorek 2024-04-02		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 drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.63 kcal; Białko: 113.14 g; Węglowodany : 269.54 g; suma cukrów: 51.34 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.02 g; Błonnik: 33.14 g; : 9.02 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU,</u> ), ser topiony w plastrach 25 g ( <u>MLE,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 30 g , salata masłowa 10 g , szynka drobiowa z kurczaka 20 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa wiosenna krem 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 50 g , gotowana szynka II danie bez selera 50 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 50 g , sos biały 20 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> ), szynka gotowana 40 g , ogórek zielony 30 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 50 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1062.99 kcal; Białko: 51.87 g; Węglowodany : 134.63 g; suma cukrów: 35.29 g; Tłuszcz: 38.71 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.92 g; Błonnik: 15.8 g; : 4.4 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , dżem brzoskwiowy 30 g , pieczona cukinia 30 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa wiosenna krem 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kasza jaglana 50 g , gotowana szynka II danie bez selera 50 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 50 g , sos biały 20 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	salata masłowa 10 g , herbata 100 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: panacotta 50 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1043.42 kcal; Białko: 56.42 g; Węglowodany : 122.91 g; suma cukrów: 33.35 g; Tłuszcz: 38.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.42 g; Błonnik: 9 g; : 4.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , pieczona cukinia 100 g , sałata masłowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), kasza jaglana 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2176.61 kcal; Białko: 113.27 g; Węglowodany : 290.11 g; suma cukrów: 92.55 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.18 g; Błonnik: 22.26 g; : 8.66 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), szynka drobiowa z kurczaka 90 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szynka gotowana 90 g , ogórek zielony 100 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2051.76 kcal; Białko: 117.59 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 62.04 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.99 g; Błonnik: 30.88 g; : 9.16 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), ser topiony w plastrach 50 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2001.3 kcal; Białko: 105.82 g; Węglowodany : 229.44 g; suma cukrów: 45.57 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.55 g; Błonnik: 30.32 g; : 8.06 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 200 g ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.14 kcal; Białko: 149.54 g; Węglowodany : 228.07 g; suma cukrów: 45.58 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.98 g; Błonnik: 22.64 g; : 10.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2138.61 kcal; Białko: 108.02 g; Węglowodany : 284.83 g; suma cukrów: 72.01 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.08 g; Błonnik: 30.88 g; : 8.79 g;

wtorek 2024-04-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ryż brązowy 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), gotowany bukiet warzyw 150 g , sos biały BM/bg 50 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko: 120.51 g; Węglowodany : 255.77 g; suma cukrów: 57.61 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 38.22 g; : 8.83 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 40 g , pasta z marchwi 50 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ogórkowa 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2233.99 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 282.55 g; suma cukrów: 47.36 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.24 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.61 g;		
<b>środa 2024-04-03 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 , pasta z marchwi 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2248.38 kcal; Białko: 108.09 g; Węglowodany : 275.32 g; suma cukrów: 50.02 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.53 g; Błonnik: 28.71 g; : 7.74 g;		
<b>środa 2024-04-03 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 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2173.46 kcal; Białko: 110.02 g; Węglowodany : 292.29 g; suma cukrów: 52.3 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.63 g; Błonnik: 30.64 g; : 7.82 g;		
<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2108.38 kcal; Białko: 94.59 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 58.91 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34 g; Błonnik: 31.7 g; : 6.65 g;		
<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		

**Jadłospisy dla oddziałów**

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 93.6 g; Węglowodany : 244.89 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.42 g; Błonnik: 29.03 g; : 6.42 g;

<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1807 kcal; Białko: 88.71 g; Węglowodany : 199.34 g; suma cukrów: 45.89 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.17 g; Błonnik: 24.04 g; : 5.67 g;

<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2294.83 kcal; Białko: 119.62 g; Węglowodany : 268.04 g; suma cukrów: 55.38 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 27.43 g; : 8.71 g;

<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2308.21 kcal; Białko: 86.63 g; Węglowodany : 333.06 g; suma cukrów: 78.47 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.31 g; Błonnik: 32.81 g; : 5.87 g;

<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2304.15 kcal; Białko: 116.2 g; Węglowodany : 269.82 g; suma cukrów: 43.09 g; Tłuszcz: 96.64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.48 g; Błonnik: 26.61 g; : 8.42 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , ),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowe 300 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: mus z brzoskwiń 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1545.64 kcal; Białko: 66.88 g; Węglowodany : 218.57 g; suma cukrów: 114.07 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 13.7 g; Błonnik: 27.56 g; : 1.91 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna 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 wywar warzywny 350 g ( <b>SEL</b> , ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 677.74 kcal; Białko: 18.16 g; Węglowodany : 135.16 g; suma cukrów: 110.23 g; Tłuszcz: 10.82 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 5.29 g; Błonnik: 16.92 g; : .92 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ),	herbata 200 g ,

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

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 150 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> , ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2104.19 kcal; Białko: 105.83 g; Węglowodany : 254.91 g; suma cukrów: 47.01 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 33.9 g; Błonnik: 35.52 g; : 7.46 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> , ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU</b> , ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2373.75 kcal; Białko: 112.15 g; Węglowodany : 304.55 g; suma cukrów: 57.8 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.47 g; Błonnik: 36.88 g; : 8.33 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2673.75 kcal; Białko: 121.36 g; Węglowodany : 309.96 g; suma cukrów: 56.85 g; Tłuszcz: 124.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.4 g; Błonnik: 28.61 g; : 8.6 g;

środa 2024-04-03 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> ), pasta z marchwi 100 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 200 g ( <u>SEL,</u> ), kotlet z kaszy jaglanej z warzywami curry 1 g ( <u>GLU, 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> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1676.55 kcal; Białko: 26.89 g; Węglowodany : 284.09 g; suma cukrów: 83.79 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.78 g; Błonnik: 29.75 g; : 3.49 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 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 ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1815.44 kcal; Białko: 86.95 g; Węglowodany : 234.22 g; suma cukrów: 70.73 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.12 g; Błonnik: 29.06 g; : 5.09 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2447.69 kcal; Białko: 116.25 g; Węglowodany : 320.33 g; suma cukrów: 88.96 g; Tłuszcz: 87.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.51 g; Błonnik: 42.65 g; : 8.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 20 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwinowy 80 g , schab wiśniowy 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2183.9 kcal; Białko: 97.91 g; Węglowodany : 313.18 g; suma cukrów: 83.62 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.62 g; Błonnik: 33.32 g; : 6.13 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 40 g , pasta z marchwi 50 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ogórkowa 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2233.99 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 282.55 g; suma cukrów: 47.36 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.24 g; Błonnik: 30.1 g; : 7.61 g;		
<b>środa 2024-04-03 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 , pasta z marchwi 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2248.38 kcal; Białko: 108.09 g; Węglowodany : 275.32 g; suma cukrów: 50.02 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.53 g; Błonnik: 28.71 g; : 7.74 g;		
<b>środa 2024-04-03 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 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2173.46 kcal; Białko: 110.02 g; Węglowodany : 292.29 g; suma cukrów: 52.3 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.63 g; Błonnik: 30.64 g; : 7.82 g;		
<b>środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2108.38 kcal; Białko: 94.59 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 58.91 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34 g; Błonnik: 31.7 g; : 6.65 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 93.6 g; Węglowodany : 244.89 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.42 g; Błonnik: 29.03 g; : 6.42 g;

środa 2024-04-03 <b>Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1807 kcal; Białko: 88.71 g; Węglowodany : 199.34 g; suma cukrów: 45.89 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.17 g; Błonnik: 24.04 g; : 5.67 g;

środa 2024-04-03 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2294.83 kcal; Białko: 119.62 g; Węglowodany : 268.04 g; suma cukrów: 55.38 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 27.43 g; : 8.71 g;

środa 2024-04-03 <b>Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka pieczona 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2308.21 kcal; Białko: 86.63 g; Węglowodany : 333.06 g; suma cukrów: 78.47 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.31 g; Błonnik: 32.81 g; : 5.87 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2304.15 kcal; Białko: 116.2 g; Węglowodany : 269.82 g; suma cukrów: 43.09 g; Tłuszcz: 96.64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.48 g; Błonnik: 26.61 g; : 8.42 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),	zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowe 300 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: mus z brzoskwiń 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1545.64 kcal; Białko: 66.88 g; Węglowodany : 218.57 g; suma cukrów: 114.07 g; Tłuszcz: 50.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.7 g; Błonnik: 27.56 g; : 1.91 g;

środa 2024-04-03 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 wywar warzywny 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 677.74 kcal; Białko: 18.16 g; Węglowodany : 135.16 g; suma cukrów: 110.23 g; Tłuszcz: 10.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.29 g; Błonnik: 16.92 g; : .92 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	herbata 200 g ,

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

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2104.19 kcal; Białko: 105.83 g; Węglowodany : 254.91 g; suma cukrów: 47.01 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.9 g; Błonnik: 35.52 g; : 7.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2373.75 kcal; Białko: 112.15 g; Węglowodany : 304.55 g; suma cukrów: 57.8 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.47 g; Błonnik: 36.88 g; : 8.33 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka konserwowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 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 ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2673.75 kcal; Białko: 121.36 g; Węglowodany : 309.96 g; suma cukrów: 56.85 g; Tłuszcz: 124.24 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 26.4 g; Błonnik: 28.61 g; : 8.6 g;

środa 2024-04-03 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> ), pasta z marchwi 100 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 200 g ( <u>SEL</u> ), kotlet z kaszy jaglanej z warzywami curry 1 g ( <u>GLU</u> , <u>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> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1676.55 kcal; Białko: 26.89 g; Węglowodany : 284.09 g; suma cukrów: 83.79 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 24.78 g; Błonnik: 29.75 g; : 3.49 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 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 ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1815.44 kcal; Białko: 86.95 g; Węglowodany : 234.22 g; suma cukrów: 70.73 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 22.12 g; Błonnik: 29.06 g; : 5.09 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2447.69 kcal; Białko: 116.25 g; Węglowodany : 320.33 g; suma cukrów: 88.96 g; Tłuszcz: 87.13 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.51 g; Błonnik: 42.65 g; : 8.27 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka konserwowa 20 g , pomidor bs 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem brzoskwiniowy 80 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2183.9 kcal; Białko: 97.91 g; Węglowodany : 313.18 g; suma cukrów: 83.62 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 22.62 g; Błonnik: 33.32 g; : 6.13 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), szynka konserwowa 40 g , pasta z marchwi 40 g , masło 15 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 20 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa kalafiorowa 200 g ( <b>MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 80 g ( <b>MLE</b> ), gotowane udko bez selera 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> ), schab wiśniowy 60 g , papryka 30 g ,
II Śniadanie: gruszka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1672.18 kcal; Białko: 78.7 g; Węglowodany : 199.83 g; suma cukrów: 33.99 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 30.89 g; Błonnik: 21.8 g; : 5.42 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), szynka konserwowa 50 g , pasta z marchwi 40 g , pomidor bs 40 g , sałata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa pietruszkowa krem BM 200 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 80 g ( <b>MLE</b> ), gotowane udko bez selera 100 g ,	sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1641.74 kcal; Białko: 83.23 g; Węglowodany : 191.59 g; suma cukrów: 34.63 g; Tłuszcz: 64.7 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 26.32 g; Błonnik: 19.91 g; : 5.71 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , <u>  </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.46 kcal; Białko: 110.02 g; Węglowodany : 292.29 g; suma cukrów: 52.3 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.63 g; Błonnik: 30.64 g; : 7.82 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , <u>  </u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.38 kcal; Białko: 94.59 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 58.91 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34 g; Błonnik: 31.7 g; : 6.65 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , <u>  </u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 93.6 g; Węglowodany : 244.89 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.42 g; Błonnik: 29.03 g; : 6.42 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> , <u>  </u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , <u>  </u> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE</b> , <u>  </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2294.83 kcal; Białko: 119.62 g; Węglowodany : 268.04 g; suma cukrów: 55.38 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 27.43 g; : 8.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2308.21 kcal; Białko: 86.63 g; Węglowodany : 333.06 g; suma cukrów: 78.47 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.31 g; Błonnik: 32.81 g; : 5.87 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2104.19 kcal; Białko: 105.83 g; Węglowodany : 254.91 g; suma cukrów: 47.01 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.9 g; Błonnik: 35.52 g; : 7.46 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2447.69 kcal; Białko: 116.25 g; Węglowodany : 320.33 g; suma cukrów: 88.96 g; Tłuszcz: 87.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.51 g; Błonnik: 42.65 g; : 8.27 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 20 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem brzoskwiniowy 80 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2183.9 kcal; Białko: 97.91 g; Węglowodany : 313.18 g; suma cukrów: 83.62 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.62 g; Błonnik: 33.32 g; : 6.13 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 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> ), pasta z marchwi 100 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 200 g ( <b>SEL,</b> ), kotlet z kaszy jaglanej z warzywami curry 1 g ( <b>GLU, SEL,</b> ),	chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1676.55 kcal; Białko: 26.89 g; Węglowodany : 284.09 g; suma cukrów: 83.79 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 24.78 g; Błonnik: 29.75 g; : 3.49 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2373.75 kcal; Białko: 112.15 g; Węglowodany : 304.55 g; suma cukrów: 57.8 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 20.47 g; Błonnik: 36.88 g; : 8.33 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), szynka konserwowa 30 g , pasta z marchwi 30 g , masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 15 g , salata maslowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa kalafiorowa 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g , salata z jogurtem naturalnym 50 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 60 g ,	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 60 g , papryka 30 g ,
II Śniadanie: gruszka 50 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1090.34 kcal; Białko: 55.06 g; Węglowodany : 126.97 g; suma cukrów: 20.44 g; Tłuszcz: 43.35 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 19.85 g; Błonnik: 13.84 g; : 4.12 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka konserwowa 30 g , pasta z marchwi 30 g , pomidor bs 30 g , salata maslowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa pietruszkowa krem BM 100 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 50 g , salata z jogurtem naturalnym 50 g ( <b>MLE,</b> ), gotowane udko bez selera 60 g ,	salata lodowa 10 g , herbata 100 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 50 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 50 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1051.53 kcal; Białko: 54.68 g; Węglowodany : 120.87 g; suma cukrów: 19.72 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.27 g; Błonnik: 11.97 g; : 3.98 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE</u> ),	salata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2173.46 kcal; Białko: 110.02 g; Węglowodany : 292.29 g; suma cukrów: 52.3 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.63 g; Błonnik: 30.64 g; : 7.82 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2108.38 kcal; Białko: 94.59 g; Węglowodany : 258.96 g; suma cukrów: 58.91 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34 g; Błonnik: 31.7 g; : 6.65 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: kiwi 90 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 93.6 g; Węglowodany : 244.89 g; suma cukrów: 49.99 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.42 g; Błonnik: 29.03 g; : 6.42 g;

środa 2024-04-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , pasta z marchwi 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2294.83 kcal; Białko: 119.62 g; Węglowodany : 268.04 g; suma cukrów: 55.38 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 27.43 g; : 8.71 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-03		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka konserwowa 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), salata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2308.21 kcal; Białko: 86.63 g; Węglowodany : 333.06 g; suma cukrów: 78.47 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.31 g; Błonnik: 32.81 g; : 5.87 g;

środa 2024-04-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 80 g , pomidor 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pietruszkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , salata z jogurtem naturalnym 100 g ( <u>MLE,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2104.19 kcal; Białko: 105.83 g; Węglowodany : 254.91 g; suma cukrów: 47.01 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.9 g; Błonnik: 35.52 g; : 7.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2151.59 kcal; Białko: 84.57 g; Węglowodany : 289.67 g; suma cukrów: 55.52 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.43 g; Błonnik: 33.19 g; : 8.15 g;		
<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2116.82 kcal; Białko: 87.54 g; Węglowodany : 266.47 g; suma cukrów: 53.07 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.86 g; Błonnik: 30.6 g; : 7.76 g;		
<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1967.22 kcal; Białko: 87.4 g; Węglowodany : 266.33 g; suma cukrów: 52.95 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 30.6 g; : 7.76 g;		
<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 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> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2116.52 kcal; Białko: 78.4 g; Węglowodany : 281.93 g; suma cukrów: 73.79 g; Tłuszcz: 83.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.02 g; Błonnik: 37.56 g; : 7 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 300 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> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1647.07 kcal; Białko: 57.33 g; Węglowodany : 206.07 g; suma cukrów: 48.93 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.81 g; Błonnik: 27.99 g; : 5.74 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2162.49 kcal; Białko: 105.23 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 39.21 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.07 g; Błonnik: 26.14 g; : 9.29 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.06 kcal; Białko: 50.53 g; Węglowodany : 339.18 g; suma cukrów: 104.16 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.76 g; Błonnik: 36.12 g; : 5.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU, MLE,</u> ),	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

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

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

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

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), rissoto warzywne BM 300 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.38 kcal; Białko: 69.12 g; Węglowodany : 248.11 g; suma cukrów: 48.12 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.68 g; Błonnik: 39.48 g; : 7.12 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), rissoto warzywne BM 300 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		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> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2160.96 kcal; Białko: 60.38 g; Węglowodany : 290.02 g; suma cukrów: 58.51 g; Tłuszcz: 92.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.24 g; Błonnik: 35.08 g; : 6.05 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2142.05 kcal; Białko: 119.58 g; Węglowodany : 223.88 g; suma cukrów: 75.72 g; Tłuszcz: 92.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.71 g; Błonnik: 33.2 g; : 7.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL</b> ), risotto warzywne BM 300 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 2szt 40 g ,	<b>Podwieczorek:</b> koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 60 g , 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> ),	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> ), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2039.22 kcal; Białko: 70.51 g; Węglowodany : 319.12 g; suma cukrów: 101.7 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.28 g; Błonnik: 31.8 g; : 7.26 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.59 kcal; Białko: 84.57 g; Węglowodany : 289.67 g; suma cukrów: 55.52 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.43 g; Błonnik: 33.19 g; : 8.15 g;

<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2116.82 kcal; Białko: 87.54 g; Węglowodany : 266.47 g; suma cukrów: 53.07 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.86 g; Błonnik: 30.6 g; : 7.76 g;

<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1967.22 kcal; Białko: 87.4 g; Węglowodany : 266.33 g; suma cukrów: 52.95 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 30.6 g; : 7.76 g;

<b>czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 300 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> ),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1647.07 kcal; Białko: 57.33 g; Węglowodany : 206.07 g; suma cukrów: 48.93 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.81 g; Błonnik: 27.99 g; : 5.74 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2162.49 kcal; Białko: 105.23 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 39.21 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.07 g; Błonnik: 26.14 g; : 9.29 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.06 kcal; Białko: 50.53 g; Węglowodany : 339.18 g; suma cukrów: 104.16 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.76 g; Błonnik: 36.12 g; : 5.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , smoothie gruszkowe 250 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

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

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

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

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), rissoto warzywne BM 300 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.38 kcal; Białko: 69.12 g; Węglowodany : 248.11 g; suma cukrów: 48.12 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.68 g; Błonnik: 39.48 g; : 7.12 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), rissoto warzywne BM 300 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		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> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), ser topiony w kostce 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2160.96 kcal; Białko: 60.38 g; Węglowodany : 290.02 g; suma cukrów: 58.51 g; Tłuszcz: 92.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.24 g; Błonnik: 35.08 g; : 6.05 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , salata masłowa 20 g , dynia pieczona 50 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwinowy 50 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2142.05 kcal; Białko: 119.58 g; Węglowodany : 223.88 g; suma cukrów: 75.72 g; Tłuszcz: 92.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.71 g; Błonnik: 33.2 g; : 7.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL</u> ), risotto warzywne BM 300 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2039.22 kcal; Białko: 70.51 g; Węglowodany : 319.12 g; suma cukrów: 101.7 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.28 g; Błonnik: 31.8 g; : 7.26 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 50 g , ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krem z selera 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw 40 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 150 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g , ser twarogowy 70 g ( <u>MLE</u> ), dynia pieczona 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa krem z selera 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 60 g ( <u>SEL</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 30 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 200 g ,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 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 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	pastą 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 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1967.22 kcal; Białko: 87.4 g; Węglowodany : 266.33 g; suma cukrów: 52.95 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.92 g; Błonnik: 30.6 g; : 7.76 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 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 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2028.92 kcal; Białko: 79.95 g; Węglowodany : 254.38 g; suma cukrów: 54.81 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.72 g; Błonnik: 32.94 g; : 7.1 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1800.42 kcal; Białko: 61.98 g; Węglowodany : 239.52 g; suma cukrów: 45.38 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 34.85 g; : 6.42 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 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 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2162.49 kcal; Białko: 105.23 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 39.21 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.07 g; Błonnik: 26.14 g; : 9.29 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwiowy 150 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.06 kcal; Białko: 50.53 g; Węglowodany : 339.18 g; suma cukrów: 104.16 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.76 g; Błonnik: 36.12 g; : 5.77 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne BM 300 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.38 kcal; Białko: 69.12 g; Węglowodany : 248.11 g; suma cukrów: 48.12 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.68 g; Błonnik: 39.48 g; : 7.12 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , schab wiśniowy 80 g , dynia pieczona 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <u>SEL,</u> ), risotto warzywne BM 300 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1980.78 kcal; Białko: 74.24 g; Węglowodany : 253.21 g; suma cukrów: 50.57 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.86 g; Błonnik: 41.44 g; : 7.82 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2039.22 kcal; Białko: 70.51 g; Węglowodany : 319.12 g; suma cukrów: 101.7 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.28 g; Błonnik: 31.8 g; : 7.26 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		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> ), ser twarogowy 100 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 300 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ), ser topiony w kostce 50 g ( <b>MLE,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2139.96 kcal; Białko: 59.55 g; Węglowodany : 285.95 g; suma cukrów: 55.81 g; Tłuszcz: 91.94 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 48.15 g; Błonnik: 34.78 g; : 6.04 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 350 g ( <b>SEL,</b> ), risotto warzywne BM 300 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 105 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 30 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <b>SEL,</b> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2012.58 kcal; Białko: 65.66 g; Węglowodany : 281.69 g; suma cukrów: 50.34 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.6 g; Błonnik: 34.92 g; : 7.39 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ), schab wiśniowy 40 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 25 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa krem z selera 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 150 g ( <b>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> ), szynka gotowana 40 g , pasta z pieczonych warzyw 25 g ( <b>SEL,</b> ),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 20 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 100 g ,	

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

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 30 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), dynia pieczona 25 g , salata masłowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa krem z selera 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ), risotto warzywne 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g ( <b>SEL,</b> ), herbata 100 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 20 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 150 g ,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto ( ryż brązowy) warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1800.42 kcal; Białko: 61.98 g; Węglowodany : 239.52 g; suma cukrów: 45.38 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.21 g; Błonnik: 34.85 g; : 6.42 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 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> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2028.92 kcal; Białko: 79.95 g; Węglowodany : 254.38 g; suma cukrów: 54.81 g; Tłuszcz: 84.2 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 42.72 g; Błonnik: 32.94 g; : 7.1 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , rzodkiewka ( 2 sztuki) 30 g , salata lodowa 10 g ,	zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb baltonowski 90 g ( <u>GLU,</u> ), masło 30 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2098.62 kcal; Białko: 65.41 g; Węglowodany : 255.5 g; suma cukrów: 54.25 g; Tłuszcz: 98.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 49.4 g; Błonnik: 35.32 g; : 7.06 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2162.49 kcal; Białko: 105.23 g; Węglowodany : 247.69 g; suma cukrów: 39.21 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45.07 g; Błonnik: 26.14 g; : 9.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ), dżem brzoskwiniowy 150 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2151.06 kcal; Białko: 50.53 g; Węglowodany : 339.18 g; suma cukrów: 104.16 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.76 g; Błonnik: 36.12 g; : 5.77 g;

czwartek 2024-04-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 60 g , dynia pieczona 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), risotto warzywne BM 300 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw latwostrawna 100 g ( <u>SEL,</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/dynia 250 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1851.38 kcal; Białko: 69.12 g; Węglowodany : 248.11 g; suma cukrów: 48.12 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.68 g; Błonnik: 39.48 g; : 7.12 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), surówka z kapusty modrej 150 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2395.42 kcal; Białko: 88.31 g; Węglowodany : 322.49 g; suma cukrów: 70.6 g; Tłuszcz: 92.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.85 g; Błonnik: 32.31 g; : 9.09 g;		
<b>piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2384.64 kcal; Białko: 94.8 g; Węglowodany : 302.84 g; suma cukrów: 67.5 g; Tłuszcz: 96.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.93 g; Błonnik: 29.85 g; : 9.77 g;		
<b>piątek 2024-04-05 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 biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2312.44 kcal; Białko: 96.03 g; Węglowodany : 310.07 g; suma cukrów: 71.66 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.62 g; Błonnik: 32.67 g; : 9.93 g;		
<b>piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2272.49 kcal; Białko: 88.52 g; Węglowodany : 283.15 g; suma cukrów: 62.01 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.97 g; Błonnik: 34.87 g; : 9.04 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2242.09 kcal; Białko: 88.02 g; Węglowodany : 275.9 g; suma cukrów: 55.48 g; Tłuszcz: 96.71 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.94 g; Błonnik: 34.21 g; : 9.03 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1957.21 kcal; Białko: 70.23 g; Węglowodany : 232.67 g; suma cukrów: 67.3 g; Tłuszcz: 90.2 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.62 g; Błonnik: 27.84 g; : 8.32 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2388.09 kcal; Białko: 102.1 g; Węglowodany : 292.92 g; suma cukrów: 56.66 g; Tłuszcz: 98.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.33 g; Błonnik: 28.66 g; : 10.33 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb bałtonowski 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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bałtonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2511.29 kcal; Białko: 69.46 g; Węglowodany : 378.93 g; suma cukrów: 123.59 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.12 g; Błonnik: 35.97 g; : 8.3 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2284.08 kcal; Białko: 91.04 g; Węglowodany : 268.87 g; suma cukrów: 40.79 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.06 g; Błonnik: 25.98 g; : 9.49 g;

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1384.22 kcal; Białko: 52.99 g; Węglowodany : 209.58 g; suma cukrów: 110.75 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.62 g; Błonnik: 20.09 g; : 3.56 g;

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 931.19 kcal; Białko: 20.98 g; Węglowodany : 151.13 g; suma cukrów: 111.94 g; Tłuszcz: 31.01 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13 g; Błonnik: 18.9 g; : 2.61 g;

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

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

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2314.89 kcal; Białko: 100.38 g; Węglowodany : 275.95 g; suma cukrów: 68.21 g; Tłuszcz: 100.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.32 g; Błonnik: 38.01 g; : 10.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2375.25 kcal; Białko: 85.49 g; Węglowodany : 303.3 g; suma cukrów: 68.94 g; Tłuszcz: 99.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.74 g; Błonnik: 32.68 g; : 8.86 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2511.93 kcal; Białko: 92.74 g; Węglowodany : 313.01 g; suma cukrów: 70.36 g; Tłuszcz: 116.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.84 g; Błonnik: 25.78 g; : 9.9 g;

piątek 2024-04-05		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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), zapiekanka ryżowa z warzywami 300 g ( <u>GLU, MLE,</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.77 kcal; Białko: 58.69 g; Węglowodany : 304.48 g; suma cukrów: 103.23 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.91 g;

piątek 2024-04-05		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 maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiniowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1749.61 kcal; Białko: 73.8 g; Węglowodany : 231.99 g; suma cukrów: 85 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.85 g; Błonnik: 24.83 g; : 7.42 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem BM 350 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <b>RYB, SEL, 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 , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2225.1 kcal; Białko: 84.56 g; Węglowodany : 306.6 g; suma cukrów: 100.84 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.83 g; Błonnik: 37.9 g; : 8.26 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <b>MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <b>GLU, RYB, SEL, 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> ), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2443.44 kcal; Białko: 85.48 g; Węglowodany : 363.42 g; suma cukrów: 124.01 g; Tłuszcz: 80.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.66 g; Błonnik: 33.87 g; : 9.93 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), surówka z kapusty modrej 150 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2395.42 kcal; Białko: 88.31 g; Węglowodany : 322.49 g; suma cukrów: 70.6 g; Tłuszcz: 92.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.85 g; Błonnik: 32.31 g; : 9.09 g;

piątek 2024-04-05	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 40 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor bs 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2384.64 kcal; Białko: 94.8 g; Węglowodany : 302.84 g; suma cukrów: 67.5 g; Tłuszcz: 96.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.93 g; Błonnik: 29.85 g; : 9.77 g;

piątek 2024-04-05	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2312.44 kcal; Białko: 96.03 g; Węglowodany : 310.07 g; suma cukrów: 71.66 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.62 g; Błonnik: 32.67 g; : 9.93 g;

piątek 2024-04-05	Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE,</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) , ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2272.49 kcal; Białko: 88.52 g; Węglowodany : 283.15 g; suma cukrów: 62.01 g; Tłuszcz: 96.82 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.97 g; Błonnik: 34.87 g; : 9.04 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2242.09 kcal; Białko: 88.02 g; Węglowodany : 275.9 g; suma cukrów: 55.48 g; Tłuszcz: 96.71 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.94 g; Błonnik: 34.21 g; : 9.03 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1957.21 kcal; Białko: 70.23 g; Węglowodany : 232.67 g; suma cukrów: 67.3 g; Tłuszcz: 90.2 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.62 g; Błonnik: 27.84 g; : 8.32 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 60 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2388.09 kcal; Białko: 102.1 g; Węglowodany : 292.92 g; suma cukrów: 56.66 g; Tłuszcz: 98.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.33 g; Błonnik: 28.66 g; : 10.33 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa
herbata 200 g , chleb bałtonowski 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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bałtonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 150 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2511.29 kcal; Białko: 69.46 g; Węglowodany : 378.93 g; suma cukrów: 123.59 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.12 g; Błonnik: 35.97 g; : 8.3 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 30 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany fileć z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), dynia gotowana 150 g , sos koperkowy 30 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2284.08 kcal; Białko: 91.04 g; Węglowodany : 268.87 g; suma cukrów: 40.79 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.06 g; Błonnik: 25.98 g; : 9.49 g;

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowany fileć z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 200 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1384.22 kcal; Białko: 52.99 g; Węglowodany : 209.58 g; suma cukrów: 110.75 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.62 g; Błonnik: 20.09 g; : 3.56 g;

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 931.19 kcal; Białko: 20.98 g; Węglowodany : 151.13 g; suma cukrów: 111.94 g; Tłuszcz: 31.01 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13 g; Błonnik: 18.9 g; : 2.61 g;

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

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

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , salata maslowa 20 g , serek granii 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u> , <u>_</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2314.89 kcal; Białko: 100.38 g; Węglowodany : 275.95 g; suma cukrów: 68.21 g; Tłuszcz: 100.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.32 g; Błonnik: 38.01 g; : 10.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 350 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU,</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2375.25 kcal; Białko: 85.49 g; Węglowodany : 303.3 g; suma cukrów: 68.94 g; Tłuszcz: 99.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.74 g; Błonnik: 32.68 g; : 8.86 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza 100 g ( <u>RYB, SEL, MIE,</u> ), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU,</u> ), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2511.93 kcal; Białko: 92.74 g; Węglowodany : 313.01 g; suma cukrów: 70.36 g; Tłuszcz: 116.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.84 g; Błonnik: 25.78 g; : 9.9 g;

piątek 2024-04-05		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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), zapiekanka ryżowa z warzywami 300 g ( <u>GLU, MLE,</u> ), sos koperkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, 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> ),
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.77 kcal; Białko: 58.69 g; Węglowodany : 304.48 g; suma cukrów: 103.23 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 45 g; Błonnik: 30.38 g; : 7.91 g;

piątek 2024-04-05		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 maslowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g ( <u>RYB, MIE,</u> ), dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 10 g ( <u>MLE,</u> ), dżem brzoskwiowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1749.61 kcal; Białko: 73.8 g; Węglowodany : 231.99 g; suma cukrów: 85 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.85 g; Błonnik: 24.83 g; : 7.42 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05 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 marchewkowa krem BM 350 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g ( <u>RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy BM/BG 30 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2225.1 kcal; Białko: 84.56 g; Węglowodany : 306.6 g; suma cukrów: 100.84 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.83 g; Błonnik: 37.9 g; : 8.26 g;

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 350 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 200 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem brzoskwiniowy 150 g , polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2443.44 kcal; Białko: 85.48 g; Węglowodany : 363.42 g; suma cukrów: 124.01 g; Tłuszcz: 80.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.66 g; Błonnik: 33.87 g; : 9.93 g;

piątek 2024-04-05 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 maslowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety rybne 80 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), surówka z kapusty modrej 100 g , sos koperkowy 20 g ( <u>GLU, MLE, 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: kisiel wisniowy 150 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1622.98 kcal; Białko: 64.81 g; Węglowodany : 217.77 g; suma cukrów: 53.59 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.17 g; Błonnik: 20.35 g; : 6.1 g;

piątek 2024-04-05 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 maslowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety rybne 80 g ( <u>GLU, RYB, SEL, MIE</u> ), pieczone warzywa 100 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 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 100 g ,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1655.05 kcal; Białko: 67.64 g; Węglowodany : 203.26 g; suma cukrów: 45.4 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.78 g; Błonnik: 20.1 g; : 7.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 80 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</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: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1641.84 kcal; Białko: 66.86 g; Węglowodany : 210.08 g; suma cukrów: 49.29 g; Tłuszcz: 65.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.74 g; Błonnik: 22.78 g; : 7.01 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 80 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</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: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1623.55 kcal; Białko: 61.59 g; Węglowodany : 200.14 g; suma cukrów: 50.1 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.78 g; Błonnik: 22.9 g; : 6.46 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 80 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> ), pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 50 g,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 150 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1644.74 kcal; Białko: 63.18 g; Węglowodany : 202.45 g; suma cukrów: 51.03 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.92 g; Błonnik: 22.38 g; : 6.7 g;

piątek 2024-04-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 30 g, salata masłowa 15 g, serek granii 70 g ( <u>MLE</u> ), herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 80 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</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 pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 30 g,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1659.98 kcal; Białko: 71.11 g; Węglowodany : 199.39 g; suma cukrów: 40.02 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.11 g; Błonnik: 19.42 g; : 7.17 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), szynka biała 40 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 70 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pieczony burak 40 g, dżem brzoskwinowy 50 g,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1656.73 kcal; Białko: 43.14 g; Węglowodany : 237.59 g; suma cukrów: 68.46 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 26.36 g; Błonnik: 25.41 g; : 5.44 g;

piątek 2024-04-05 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 grani 70 g ( <u>MLE</u> ),	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne BG 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>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: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1617.34 kcal; Białko: 70.42 g; Węglowodany : 187.28 g; suma cukrów: 47.28 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 27.37 g; Błonnik: 26.01 g; : 7.28 g;

piątek 2024-04-05 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 marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 130 g, pulpety rybne BG 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>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: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1643.02 kcal; Białko: 65.62 g; Węglowodany : 215.86 g; suma cukrów: 66.67 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 12.14 g; Błonnik: 28.37 g; : 6.25 g;

piątek 2024-04-05 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 bs 70 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa marchewkowa krem 250 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne 80 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</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> ), dżem brzoskwinowy 50 g, polędwica drobiowa 50 g,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1649.94 kcal; Białko: 59.31 g; Węglowodany : 226.58 g; suma cukrów: 66.74 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 22.76 g; Błonnik: 23.18 g; : 7.01 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 200 g ( <u>MLE, 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: kisel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1646.55 kcal; Białko: 42.49 g; Węglowodany : 221.08 g; suma cukrów: 65.74 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.29 g; Błonnik: 20.74 g; : 4.19 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem BM 250 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety rybne BG 80 g ( <u>RYB, SEL, 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,	
II Śniadanie: kisel wisniowy 100 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1625.53 kcal; Białko: 60.11 g; Węglowodany : 205.48 g; suma cukrów: 47.82 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.52 g; Błonnik: 22.5 g; : 6.26 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU, RYB, SEL, 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,	
II Śniadanie: kisel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1070.27 kcal; Białko: 43.76 g; Węglowodany : 140.83 g; suma cukrów: 29.97 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.81 g; Błonnik: 13.7 g; : 4.2 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU, RYB, SEL, 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,	
II Śniadanie: kisel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1078.12 kcal; Białko: 49.28 g; Węglowodany : 132.86 g; suma cukrów: 28.04 g; Tłuszcz: 42.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.34 g; Błonnik: 12.19 g; : 4.77 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u> ), pieczone warzywa 50 g ( <u>SEL</u> ), sos koperkowy 15 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1084.22 kcal; Białko: 49.54 g; Węglowodany : 134.06 g; suma cukrów: 28.88 g; Tłuszcz: 42.66 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.38 g; Błonnik: 12.55 g; : 4.74 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</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: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1051 kcal; Białko: 45.86 g; Węglowodany : 127.46 g; suma cukrów: 31.33 g; Tłuszcz: 43.8 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.46 g; Błonnik: 14.01 g; : 4.42 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</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: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1049.97 kcal; Białko: 47.63 g; Węglowodany : 124.07 g; suma cukrów: 28.22 g; Tłuszcz: 44.33 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.61 g; Błonnik: 13.75 g; : 4.65 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</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: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1123.67 kcal; Białko: 56.75 g; Węglowodany : 132 g; suma cukrów: 25.37 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 18.15 g; Błonnik: 11.75 g; : 5.33 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne 60 g ( <u>GLU, RYB, SEL, 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 brzoskwiowy 50 g,
II Śniadanie: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1077.87 kcal; Białko: 34.25 g; Węglowodany : 158.59 g; suma cukrów: 47.29 g; Tłuszcz: 37.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.76 g; Błonnik: 14.84 g; : 3.73 g;

piątek 2024-04-05		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 marchewkowa krem 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety rybne BG 60 g ( <u>RYB, SEL, 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: kisiel wisniowy 50 g,	Podwieczorek: smoothie jabłkowe 75 g	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1030.12 kcal; Białko: 50.09 g; Węglowodany : 119.4 g; suma cukrów: 28.39 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.87 g; Błonnik: 16.27 g; : 4.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-06 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 , ryż 150 g , potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 150 g , 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2251.09 kcal; Białko: 91.12 g; Węglowodany : 291.36 g; suma cukrów: 38.95 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.92 g; Błonnik: 29.65 g; : 7.96 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2131.91 kcal; Białko: 108.99 g; Węglowodany : 292.78 g; suma cukrów: 57.24 g; Tłuszcz: 63.6 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31 g; Błonnik: 23.7 g; : 8.03 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2088.14 kcal; Białko: 119.33 g; Węglowodany : 307.4 g; suma cukrów: 57.65 g; Tłuszcz: 47.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.19 g; Błonnik: 24.52 g; : 8.23 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 , potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 150 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2174.44 kcal; Białko: 79.34 g; Węglowodany : 274.75 g; suma cukrów: 64.04 g; Tłuszcz: 91.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.69 g; Błonnik: 34.73 g; : 6.83 g;		
<b>sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		

**Jadłospisy dla oddziałów**

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 , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 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 ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2033.84 kcal; Białko: 73.94 g; Węglowodany : 267.67 g; suma cukrów: 57.94 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.49 g; Błonnik: 34.38 g; : 6.76 g;

<b>sobota 2024-04-06 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: 1591.02 kcal; Białko: 86.1 g; Węglowodany : 227.29 g; suma cukrów: 57.84 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.93 g; Błonnik: 22.66 g; : 5.55 g;

<b>sobota 2024-04-06 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: 2121.47 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 311.54 g; suma cukrów: 57.6 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.34 g; Błonnik: 25.18 g; : 8.2 g;

<b>sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</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> ), sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ), risotto z burakami 300 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 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: 1990.66 kcal; Białko: 53.37 g; Węglowodany : 264.33 g; suma cukrów: 36.06 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.25 g; Błonnik: 23.78 g; : 5.59 g;

<b>sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , 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 , sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1994.11 kcal; Białko: 104.34 g; Węglowodany : 259.87 g; suma cukrów: 36.3 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.65 g; Błonnik: 21.24 g; : 7.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 200 g ( <b>GLU, MLE, </b> ),	ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL, </b> ), cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL, </b> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl marchew/banan/jabłko 250 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1216.6 kcal; Białko: 66.44 g; Węglowodany : 209.12 g; suma cukrów: 109 g; Tłuszcz: 17.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 4.86 g; Błonnik: 22.96 g; : 1.79 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE, </b> ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, </b> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <b>SEL, </b> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl bananowy 300 g ( <b>MLE, </b> ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 957.5 kcal; Białko: 34.82 g; Węglowodany : 159.73 g; suma cukrów: 122.96 g; Tłuszcz: 23.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.9 g; Błonnik: 15.63 g; : 1.26 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL, </b> ),	herbata 200 g ,

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

sobota 2024-04-06		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 , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL, </b> ), 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2035.88 kcal; Białko: 109.37 g; Węglowodany : 253.33 g; suma cukrów: 34.75 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.54 g; Błonnik: 33.84 g; : 6.79 g;

sobota 2024-04-06		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 , potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 150 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2030.04 kcal; Białko: 78.8 g; Węglowodany : 287.71 g; suma cukrów: 37.8 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.99 g; Błonnik: 27.85 g; : 7.28 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 103.49 g; Węglowodany : 270.85 g; suma cukrów: 50.7 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.51 g; Błonnik: 23.84 g; : 7.57 g;

sobota 2024-04-06		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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2063.37 kcal; Białko: 52.32 g; Węglowodany : 262.8 g; suma cukrów: 39.8 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.11 g; Błonnik: 24.72 g; : 6.78 g;

sobota 2024-04-06		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 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 20 g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1669.62 kcal; Białko: 93.74 g; Węglowodany : 211.85 g; suma cukrów: 57.98 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.37 g; Błonnik: 21.74 g; : 5.43 g;

sobota 2024-04-06		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 , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), 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> ), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1950.12 kcal; Białko: 103.38 g; Węglowodany : 250.16 g; suma cukrów: 34.15 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.27 g; Błonnik: 31.84 g; : 7.47 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów 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 , 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 pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2004.12 kcal; Białko: 106.39 g; Węglowodany : 302.46 g; suma cukrów: 57.08 g; Tłuszcz:  
46.67 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.8 g; Błonnik: 25.54 g; : 7.57 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-06 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 , ryż 150 g , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 g , 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2251.09 kcal; Białko: 91.12 g; Węglowodany : 291.36 g; suma cukrów: 38.95 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.92 g; Błonnik: 29.65 g; : 7.96 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2131.91 kcal; Białko: 108.99 g; Węglowodany : 292.78 g; suma cukrów: 57.24 g; Tłuszcz: 63.6 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31 g; Błonnik: 23.7 g; : 8.03 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2088.14 kcal; Białko: 119.33 g; Węglowodany : 307.4 g; suma cukrów: 57.65 g; Tłuszcz: 47.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.19 g; Błonnik: 24.52 g; : 8.23 g;		
<b>sobota 2024-04-06 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 , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2174.44 kcal; Białko: 79.34 g; Węglowodany : 274.75 g; suma cukrów: 64.04 g; Tłuszcz: 91.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.69 g; Błonnik: 34.73 g; : 6.83 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 150 g , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 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: 2033.84 kcal; Białko: 73.94 g; Węglowodany : 267.67 g; suma cukrów: 57.94 g; Tłuszcz: 81.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.49 g; Błonnik: 34.38 g; : 6.76 g;

sobota 2024-04-06		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 , salata 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, MLE, 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: 1591.02 kcal; Białko: 86.1 g; Węglowodany : 227.29 g; suma cukrów: 57.84 g; Tłuszcz: 42.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.93 g; Błonnik: 22.66 g; : 5.55 g;

sobota 2024-04-06		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 , salata 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, MLE, 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: 2121.47 kcal; Białko: 107.95 g; Węglowodany : 311.54 g; suma cukrów: 57.6 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.34 g; Błonnik: 25.18 g; : 8.2 g;

sobota 2024-04-06		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> ), salata 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 ,	
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1990.66 kcal; Białko: 53.37 g; Węglowodany : 264.33 g; suma cukrów: 36.06 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.25 g; Błonnik: 23.78 g; : 5.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , 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 , sos biały BM/bg 50 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1994.11 kcal; Białko: 104.34 g; Węglowodany : 259.87 g; suma cukrów: 36.3 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.65 g; Błonnik: 21.24 g; : 7.31 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ),	ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL</b> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl marchew/banan/jabłko 250 g , herbata 200 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel wisniowy 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1216.6 kcal; Białko: 66.44 g; Węglowodany : 209.12 g; suma cukrów: 109 g; Tłuszcz: 17.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 4.86 g; Błonnik: 22.96 g; : 1.79 g;

sobota 2024-04-06		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> ),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g ( <b>SEL</b> ), kompot 200ml 200 g ,	koktajl bananowy 300 g ( <b>MLE</b> ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 957.5 kcal; Białko: 34.82 g; Węglowodany : 159.73 g; suma cukrów: 122.96 g; Tłuszcz: 23.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.9 g; Błonnik: 15.63 g; : 1.26 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ),	herbata 200 g ,

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

sobota 2024-04-06		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 , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL</b> ), 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: 2035.88 kcal; Białko: 109.37 g; Węglowodany : 253.33 g; suma cukrów: 34.75 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.54 g; Błonnik: 33.84 g; : 6.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		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 , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2030.04 kcal; Białko: 78.8 g; Węglowodany : 287.71 g; suma cukrów: 37.8 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.99 g; Błonnik: 27.85 g; : 7.28 g;

sobota 2024-04-06		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 kurczaka 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko: 103.49 g; Węglowodany : 270.85 g; suma cukrów: 50.7 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.51 g; Błonnik: 23.84 g; : 7.57 g;

sobota 2024-04-06		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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2063.37 kcal; Białko: 52.32 g; Węglowodany : 262.8 g; suma cukrów: 39.8 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.11 g; Błonnik: 24.72 g; : 6.78 g;

sobota 2024-04-06		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 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), cukinia gotowana 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 350 g ( <b>SEL,</b> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <b>GLU,</b> ), masło 20 g ( <b>MLE,</b> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1669.62 kcal; Białko: 93.74 g; Węglowodany : 211.85 g; suma cukrów: 57.98 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.37 g; Błonnik: 21.74 g; : 5.43 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 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 , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1950.12 kcal; Białko: 103.38 g; Węglowodany : 250.16 g; suma cukrów: 34.15 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.27 g; Błonnik: 31.84 g; : 7.47 g;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), 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, MLE, 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 ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2004.12 kcal; Białko: 106.39 g; Węglowodany : 302.46 g; suma cukrów: 57.08 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.8 g; Błonnik: 25.54 g; : 7.57 g;

sobota 2024-04-06 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 , ryż 100 g , potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 g , 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 ,
II Śniadanie: mandarynka 70 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1645.85 kcal; Białko: 68.53 g; Węglowodany : 211.4 g; suma cukrów: 29.31 g; Tłuszcz: 63.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.03 g; Błonnik: 22.67 g; : 5.44 g;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), 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 ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , sos biały 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 15 g , pomidor bs 30 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1601.53 kcal; Białko: 86.15 g; Węglowodany : 216.34 g; suma cukrów: 51.15 g; Tłuszcz: 47.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.87 g; Błonnik: 18.18 g; : 6.04 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 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, salata 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, salata lodowa 15 g, pomidor bs 50 g,
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1596.45 kcal; Białko: 93.63 g; Węglowodany : 225.52 g; suma cukrów: 53.6 g; Tłuszcz: 39.85 g; Kw. tłuszcz. ogółem: 17.52 g; Błonnik: 19.52 g; : 6.19 g;

sobota 2024-04-06 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> ), salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <b>SEL</b> ), kompot 200ml 150 g, ryż brązowy 100 g, potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 150 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> ), salata lodowa 20 g,
II Śniadanie: mandarynka 80 g,	Podwieczorek: jabłko 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1633.44 kcal; Białko: 64.72 g; Węglowodany : 193.31 g; suma cukrów: 45.46 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tłuszcz. ogółem: 29.67 g; Błonnik: 24.79 g; : 5.21 g;

sobota 2024-04-06 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, salata 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, potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 150 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> ), salata lodowa 15 g,
II Śniadanie: mandarynka 80 g,	Podwieczorek: jabłko 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1628.8 kcal; Białko: 65.37 g; Węglowodany : 202.02 g; suma cukrów: 44.42 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tłuszcz. ogółem: 23.25 g; Błonnik: 26.9 g; : 5.86 g;

sobota 2024-04-06 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, salata 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, salata lodowa 15 g, pomidor 30 g, chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ),
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 15 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1596.51 kcal; Białko: 80.77 g; Węglowodany : 234.65 g; suma cukrów: 51.77 g; Tłuszcz: 41.48 g; Kw. tłuszcz. ogółem: 19.62 g; Błonnik: 19.22 g; : 5.61 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 300 g,	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 70 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1611.56 kcal; Białko: 42.46 g; Węglowodany : 198.44 g; suma cukrów: 33 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.37 g; Błonnik: 18.66 g; : 4.48 g;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 40 g, ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, ryż 130 g, potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 g, gotowany kalafior 150 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 80 g, herbata 150 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 20 g, pomidor 40 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1640.85 kcal; Białko: 75.53 g; Węglowodany : 211.07 g; suma cukrów: 31.95 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.81 g; Błonnik: 28.37 g; : 5.25 g;

sobota 2024-04-06 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, potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 g, cukinia gotowana 140 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 300 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: mandarynka 100 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1628.25 kcal; Białko: 73.95 g; Węglowodany : 213.68 g; suma cukrów: 31.89 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.77 g; Błonnik: 26.89 g; : 6.2 g;

sobota 2024-04-06 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, piersz z kurczka gotowana bez selera 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 140 g, sos biały 30 g ( <u>GLU, MLE, 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: 1623.84 kcal; Białko: 89.39 g; Węglowodany : 234.82 g; suma cukrów: 55.24 g; Tłuszcz: 40.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.67 g; Błonnik: 20.67 g; : 6.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 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: 1621.07 kcal; Białko: 39.14 g; Węglowodany : 200.08 g; suma cukrów: 34.76 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.9 g; Błonnik: 19.31 g; : 4.68 g;

sobota 2024-04-06 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, potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 150 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: 1639.18 kcal; Białko: 67.11 g; Węglowodany : 230.25 g; suma cukrów: 35.11 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.17 g; Błonnik: 23.38 g; : 5.68 g;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 30 g, ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka biała 20 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 150 g, ryż 50 g, potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 100 g, gotowany kalafior 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 25 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: mandarynka 50 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1070.04 kcal; Białko: 41.19 g; Węglowodany : 136.29 g; suma cukrów: 20.06 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.57 g; Błonnik: 14.01 g; : 3.48 g;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 60 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, piersz kurczka gotowana bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor bs 25 g,
II Śniadanie: banan 60 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1006.05 kcal; Białko: 57.1 g; Węglowodany : 128.41 g; suma cukrów: 27.95 g; Tłuszcz: 31.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.67 g; Błonnik: 10.74 g; : 4.52 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 40 g, sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 100 g, piersz kurczka gotowana bez selera 80 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor bs 40 g,	
II Śniadanie: banan 60 g,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 10 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1073.69 kcal; Białko: 60.73 g; Węglowodany: 143.61 g; suma cukrów: 28.82 g; Tłuszcz: 31.07 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 15.45 g; Błonnik: 11.65 g; : 4.23 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot 200ml 100 g, ryż brązowy 70 g, potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 100 g, surówka coleslaw 70 g,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), herbata 100 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 20 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 10 g,	
II Śniadanie: mandarynka 50 g,	Podwieczerek: jabłko 75 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1055.51 kcal; Białko: 38.15 g; Węglowodany: 132.64 g; suma cukrów: 31.67 g; Tłuszcz: 45.09 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 18.2 g; Błonnik: 16.82 g; : 3.15 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), 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 ( <u>SEL</u> ), ryż brązowy 70 g, potrawka z kurczaka z cukinią i marchewką 100 g, surówka coleslaw 70 g,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), herbata 100 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 30 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 10 g,	
II Śniadanie: mandarynka 50 g,	Podwieczerek: jabłko 75 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1038.7 kcal; Białko: 40.77 g; Węglowodany: 132.05 g; suma cukrów: 29.14 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 15.11 g; Błonnik: 17.12 g; : 3.62 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor bs 25 g, szynka biała 40 g, sałata masłowa 20 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), ryż 50 g, piersz kurczka gotowana bez selera 60 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g, sos biały 25 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> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor 25 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: banan 60 g,	Podwieczerek: chrupki kukurydziane 10 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1048.43 kcal; Białko: 54.78 g; Węglowodany: 143.48 g; suma cukrów: 27.2 g; Tłuszcz: 30.93 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 15.42 g; Błonnik: 11.34 g; : 4.37 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 30 g, ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ), risotto z burakami 150 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g ( <u>SEL</u> ), sałata lodowa 10 g,	
II Śniadanie: mandarynka 50 g,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1007.94 kcal; Białko: 27.41 g; Węglowodany : 126.26 g; suma cukrów: 18.07 g; Tłuszcz: 46.19 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.04 g; Błonnik: 11.18 g; : 3.09 g;

sobota 2024-04-06		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 60 g, masło 20 g ( <u>MLE</u> ), ogórek zielony 50 g, ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ), sałata masłowa 20 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 50 g, potrawka z kurczaka z cukinia i marchewką 100 g, gotowany kalafior 50 g, zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g ( <u>SEL</u> ),	chleb bezglutenowy 60 g, herbata 100 g, masło 10 g ( <u>MLE</u> ), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 10 g, pomidor 30 g,	
II Śniadanie: mandarynka 50 g,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1103.37 kcal; Białko: 49.4 g; Węglowodany : 128.42 g; suma cukrów: 17.2 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.49 g; Błonnik: 17.25 g; : 3.58 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2248.96 kcal; Białko: 103.31 g; Węglowodany : 302.78 g; suma cukrów: 76.37 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.03 g; Błonnik: 33.28 g; : 7.8 g;		
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>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> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2280.34 kcal; Białko: 110.96 g; Węglowodany : 294.95 g; suma cukrów: 73.58 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.27 g; Błonnik: 30.54 g; : 6.84 g;		
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 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 100 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2205.54 kcal; Białko: 110.89 g; Węglowodany : 294.88 g; suma cukrów: 73.52 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.8 g; Błonnik: 30.54 g; : 6.84 g;		
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko: 96.83 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 72.38 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.1 g; Błonnik: 38.67 g; : 7.24 g;		
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</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 , dżem brzoskwiowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), schab gotowany II danie 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 150 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 50 g , salata maslowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2313.34 kcal; Białko: 111.42 g; Węglowodany : 300.2 g; suma cukrów: 87.64 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.74 g; Błonnik: 36.97 g; : 6.35 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna</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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), schab gotowany II danie 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 maslowa 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: 1696.96 kcal; Białko: 92.46 g; Węglowodany : 209.46 g; suma cukrów: 56.05 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.53 g; Błonnik: 28.33 g; : 5 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g ( <b>MLE,</b> ), salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy 50 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), schab gotowany II danie 120 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 150 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 50 g ( <b>MLE,</b> ), salata maslowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,
<b>II Śniadanie:</b> koktajl bananowy 200 g ( <b>MLE,</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2174.34 kcal; Białko: 125.01 g; Węglowodany : 275.67 g; suma cukrów: 72.22 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.22 g; Błonnik: 25.35 g; : 7.98 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa</b>		
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 brzoskwiowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g ( <b>SEL,</b> ), kotlety warzywne z brokułami 150 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 50 g ( <b>MLE,</b> ), salata maslowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2255.49 kcal; Białko: 69.24 g; Węglowodany : 360.56 g; suma cukrów: 78.19 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.38 g; Błonnik: 36.68 g; : 5.44 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL,</b> ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL,</b> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL,</b> ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU,</b> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2145.79 kcal; Białko: 103.78 g; Węglowodany : 277.02 g; suma cukrów: 38.58 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.9 g; Błonnik: 25.89 g; : 7.87 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata
herbata 200 g , kaszka manna 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> , ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> , ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 250 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 200 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1381.34 kcal; Białko: 69 g; Węglowodany : 216.9 g; suma cukrów: 96.58 g; Tłuszcz: 32.29 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.81 g; Błonnik: 26.81 g; : 2.22 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g ( <u>MLE</u> , ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <u>MLE</u> , ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 912.27 kcal; Białko: 29.54 g; Węglowodany : 172.56 g; suma cukrów: 124.14 g; Tłuszcz: 15.22 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 7.6 g; Błonnik: 16.61 g; : 1.25 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Płynna
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ),	herbata 200 g ,

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

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> , ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> , ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <u>SEL</u> , ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE</u> , ), szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2393.06 kcal; Białko: 114.57 g; Węglowodany : 308.01 g; suma cukrów: 79.88 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.31 g; Błonnik: 44.3 g; : 8.65 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> , ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> , ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> , ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</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> , ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2286.29 kcal; Białko: 99.09 g; Węglowodany : 330.51 g; suma cukrów: 85.9 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.83 g; Błonnik: 38.13 g; : 7.81 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL,</u> ), schab gotowany II danie 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 ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2112.99 kcal; Białko: 102.43 g; Węglowodany : 276.76 g; suma cukrów: 42.96 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 30.8 g; : 7.68 g;

niedziela 2024-04-07		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 brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 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 ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2282.06 kcal; Białko: 75.67 g; Węglowodany : 352.72 g; suma cukrów: 79.71 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.51 g; Błonnik: 35.85 g; : 5.56 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL,</u> ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU,</u> ), masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1713.8 kcal; Białko: 96.89 g; Węglowodany : 226.85 g; suma cukrów: 73.78 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.87 g; Błonnik: 26.26 g; : 6.17 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL,</u> ), schab gotowany II danie 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 ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2311.46 kcal; Białko: 108.57 g; Węglowodany : 316.15 g; suma cukrów: 86.4 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.8 g; Błonnik: 46 g; : 8.41 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 2325.22 kcal; Białko: 114.03 g; Węglowodany : 319.35 g; suma cukrów: 79.38 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.47 g; Błonnik: 35.95 g; : 7.28 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2248.96 kcal; Białko: 103.31 g; Węglowodany : 302.78 g; suma cukrów: 76.37 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.03 g; Błonnik: 33.28 g; : 7.8 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>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> ), ser twarogowy 100 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2280.34 kcal; Białko: 110.96 g; Węglowodany : 294.95 g; suma cukrów: 73.58 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.27 g; Błonnik: 30.54 g; : 6.84 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 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 100 g ( <u>MLE</u> ), salata maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2205.54 kcal; Białko: 110.89 g; Węglowodany : 294.88 g; suma cukrów: 73.52 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.8 g; Błonnik: 30.54 g; : 6.84 g;

<b>niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</b>		
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 maslowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 maslowa 20 g ,
II Śniadanie: jablko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczo 200 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko: 96.83 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 72.38 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.1 g; Błonnik: 38.67 g; : 7.24 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		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 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczo 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2313.34 kcal; Białko: 111.42 g; Węglowodany : 300.2 g; suma cukrów: 87.64 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.74 g; Błonnik: 36.97 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1696.96 kcal; Białko: 92.46 g; Węglowodany : 209.46 g; suma cukrów: 56.05 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.53 g; Błonnik: 28.33 g; : 5 g;

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 2174.34 kcal; Białko: 125.01 g; Węglowodany : 275.67 g; suma cukrów: 72.22 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.22 g; Błonnik: 25.35 g; : 7.98 g;

niedziela 2024-04-07		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 brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g ( <u>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: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2255.49 kcal; Białko: 69.24 g; Węglowodany : 360.56 g; suma cukrów: 78.19 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.38 g; Błonnik: 36.68 g; : 5.44 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> , ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL</b> , ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL</b> , ), pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <b>GLU</b> , ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2145.79 kcal; Białko: 103.78 g; Węglowodany : 277.02 g; suma cukrów: 38.58 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.9 g; Błonnik: 25.89 g; : 7.87 g;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 200 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 350 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <b>SEL</b> , ), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL</b> , ),	herbata 200 g , smoothie bananowe 250 g ,
<b>II Śniadanie:</b> mus jabłkowy 200 g ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1381.34 kcal; Białko: 69 g; Węglowodany : 216.9 g; suma cukrów: 96.58 g; Tłuszcz: 32.29 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.81 g; Błonnik: 26.81 g; : 2.22 g;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Łątwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g ( <b>MLE</b> , ), jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ),	Zupa rosół wywar ( płynna ) 400 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml ( <b>MLE</b> , ), mus jabłkowy 300 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 912.27 kcal; Białko: 29.54 g; Węglowodany : 172.56 g; suma cukrów: 124.14 g; Tłuszcz: 15.22 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 7.6 g; Błonnik: 16.61 g; : 1.25 g;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar ( płynna ) 500 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , ),	herbata 200 g ,

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

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <b>SEL</b> , ), schab gotowany II danie 120 g ( <b>SEL</b> , ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <b>SEL</b> , ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <b>SEL</b> , ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <b>MLE</b> , ), szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE</b> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2393.06 kcal; Białko: 114.57 g; Węglowodany : 308.01 g; suma cukrów: 79.88 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.31 g; Błonnik: 44.3 g; : 8.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 105 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL</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> ), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2286.29 kcal; Białko: 99.09 g; Węglowodany : 330.51 g; suma cukrów: 85.9 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.83 g; Błonnik: 38.13 g; : 7.81 g;

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2112.99 kcal; Białko: 102.43 g; Węglowodany : 276.76 g; suma cukrów: 42.96 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.65 g; Błonnik: 30.8 g; : 7.68 g;

niedziela 2024-04-07		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 brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 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 ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2282.06 kcal; Białko: 75.67 g; Węglowodany : 352.72 g; suma cukrów: 79.71 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.51 g; Błonnik: 35.85 g; : 5.56 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie bez selera 120 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g ( <u>GLU</u> ), masło 20 g ( <u>MLE</u> ), szynka konserwowa 60 g , salata masłowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1713.8 kcal; Białko: 96.89 g; Węglowodany : 226.85 g; suma cukrów: 73.78 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.87 g; Błonnik: 26.26 g; : 6.17 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2311.46 kcal; Białko: 108.57 g; Węglowodany : 316.15 g; suma cukrów: 86.4 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.8 g; Błonnik: 46 g; : 8.41 g;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 2325.22 kcal; Białko: 114.03 g; Węglowodany : 319.35 g; suma cukrów: 79.38 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.47 g; Błonnik: 35.95 g; : 7.28 g;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 20 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g , ogórek zielony 40 g , dżem brzoskwinowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 80 g ( <u>SEL</u> ), pieczone warzywa 130 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 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 konserwowa 50 g , salata masłowa 15 g ,			
II Śniadanie: jabłko 130 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),				

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1649.39 kcal; Białko: 75.95 g; Węglowodany : 215.76 g; suma cukrów: 62.42 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.1 g; Błonnik: 24.25 g; : 5.78 g;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wiśniowy 50 g , pomidor bs 40 g , dżem brzoskwinowy 40 g , salata masłowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 80 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 100 g ( <u>SEL</u> ),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 15 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: 1626.63 kcal; Białko: 78.54 g; Węglowodany : 210.75 g; suma cukrów: 57.65 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.74 g; Błonnik: 21.62 g; : 4.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, dżem brzoskwiowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 80 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 140 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 70 g ( <b>MLE</b> ), salata masłowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1604.31 kcal; Białko: 79.14 g; Węglowodany : 214.63 g; suma cukrów: 59.67 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 22.72 g; Błonnik: 23.3 g; : 4.94 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 40 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 80 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 150 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), szynka konserwowa 50 g, pomidor 40 g, salata masłowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 140 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1601.21 kcal; Białko: 70.53 g; Węglowodany : 213 g; suma cukrów: 61.87 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 25.66 g; Błonnik: 29.41 g; : 5.38 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 40 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiowy 30 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 40 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 80 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 130 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 70 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 40 g, salata masłowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 140 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1645.89 kcal; Białko: 71.07 g; Węglowodany : 220.61 g; suma cukrów: 70.08 g; Tłuszcz: 59.53 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 27.81 g; Błonnik: 28.81 g; : 4.23 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, ser twarogowy 40 g ( <b>MLE</b> ), salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 30 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 80 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 120 g, pieczone warzywa 130 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 40 g ( <b>MLE</b> ), salata masłowa 15 g, szynka konserwowa 40 g,	
II Śniadanie: koktajl bananowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1657.6 kcal; Białko: 94.23 g; Węglowodany : 199.17 g; suma cukrów: 56.56 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 26.52 g; Błonnik: 18.61 g; : 6.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		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 brzoskwinowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik WEGE 200 g ( <u>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: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1674.28 kcal; Białko: 56.61 g; Węglowodany : 258.46 g; suma cukrów: 62.34 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 26.56 g; Błonnik: 25.88 g; : 3.98 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g ( <u>MLE</u> ), schab wieśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwinowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1646.74 kcal; Białko: 79.4 g; Węglowodany : 209.57 g; suma cukrów: 62.12 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 25.4 g; Błonnik: 29.25 g; : 5.84 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, schab wieśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwinowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <u>SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 1645.92 kcal; Białko: 74.34 g; Węglowodany : 223.51 g; suma cukrów: 71.32 g; Tłuszcz: 57.65 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 12.22 g; Błonnik: 33.12 g; : 5.82 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g ( <u>GLU</u> ), masło 10 g ( <u>MLE</u> ), schab wieśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, dżem brzoskwinowy 30 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 200 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 30 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 1667.83 kcal; Białko: 80.12 g; Węglowodany : 216.77 g; suma cukrów: 59.3 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 23.4 g; Błonnik: 25.74 g; : 5.17 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, salata masłowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik WEGE 200 g ( <b>SEL</b> ), kotlety warzywne z brokułami 120 g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki gotowane 100 g, pieczone warzywa 100 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 70 g ( <b>MLE</b> ), salata masłowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1669.65 kcal; Białko: 59.58 g; Węglowodany : 249.81 g; suma cukrów: 63.14 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.75 g; Błonnik: 25.05 g; : 4 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), 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 rosolnik 200 g ( <b>SEL</b> ), schab gotowany II danie 80 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy BM/BG 30 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 150 g, pieczone warzywa 100 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, szynka konserwowa 50 g, salata masłowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1653.84 kcal; Białko: 71.5 g; Węglowodany : 240.56 g; suma cukrów: 70.54 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 11.51 g; Błonnik: 27.91 g; : 5.64 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
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, dżem brzoskwiniowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 20 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 60 g ( <b>SEL</b> ), pieczone warzywa 50 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 15 g ( <b>MLE</b> ), szynka konserwowa 40 g, salata masłowa 10 g,	
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1124.41 kcal; Białko: 54.88 g; Węglowodany : 140 g; suma cukrów: 39.74 g; Tłuszcz: 41.52 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.38 g; Błonnik: 13.99 g; : 3.94 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), schab wiśniowy 40 g, pomidor bs 30 g, dżem brzoskwiniowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g ( <b>SEL</b> ), sos potrawkowy 25 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), schab gotowany II danie 60 g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 50 g, pieczone warzywa 75 g ( <b>SEL</b> ),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ), masło 10 g ( <b>MLE</b> ), ser twarogowy 50 g ( <b>MLE</b> ), salata masłowa 10 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1098.9 kcal; Białko: 57.43 g; Węglowodany : 132.01 g; suma cukrów: 36.86 g; Tłuszcz: 40.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.73 g; Błonnik: 13.4 g; : 3.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		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 brzoskwiowy 25 g, salata masłowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 25 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1064.96 kcal; Białko: 56.96 g; Węglowodany : 129.3 g; suma cukrów: 35.39 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.44 g; Błonnik: 12.28 g; : 3.44 g;

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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,	
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2153.89 kcal; Białko: 96.83 g; Węglowodany : 286 g; suma cukrów: 72.38 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.1 g; Błonnik: 38.67 g; : 7.24 g;

niedziela 2024-04-07		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 60 g, ogórek zielony 50 g, dżem brzoskwiowy 50 g, salata masłowa 20 g,	kompot 200ml BC 200 g, zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g, salata masłowa 20 g,	
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2313.34 kcal; Białko: 111.42 g; Węglowodany : 300.2 g; suma cukrów: 87.64 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.74 g; Błonnik: 36.97 g; : 6.35 g;

niedziela 2024-04-07		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 rosolnik 350 g ( <u>SEL</u> ), sos potrawkowy 50 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), schab gotowany II danie 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: 2174.34 kcal; Białko: 125.01 g; Węglowodany : 275.67 g; suma cukrów: 72.22 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.22 g; Błonnik: 25.35 g; : 7.98 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
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 brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 350 g ( <u>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: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2255.49 kcal; Białko: 69.24 g; Węglowodany : 360.56 g; suma cukrów: 78.19 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.38 g; Błonnik: 36.68 g; : 5.44 g;

niedziela 2024-04-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 350 g ( <u>SEL,</u> ), schab gotowany II danie 120 g ( <u>SEL,</u> ), sos potrawkowy BM/BG 50 g ( <u>SEL,</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g ( <u>SEL,</u> ),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g ( <u>MLE,</u> ), szynka konserwowa 70 g , salata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2393.06 kcal; Białko: 114.57 g; Węglowodany : 308.01 g; suma cukrów: 79.88 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.31 g; Błonnik: 44.3 g; : 8.65 g;