

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 200 g (GLU, JAJ, MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), ser topiony w plastrach 50 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 15 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), bigos 350 g (SEL, S02,), bułka grahamka 50g 50 g (GLU,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 35 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałatka makaronowa z makrelą 150 g (GLU, SEL,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.62 kcal; Białko: 91.05 g; Węglowodany : 294.75 g; suma cukrów: 72.7 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.12 g; Błonnik: 31.34 g; : 9.33 g; : 256.21 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 250 g (GLU, JAJ, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 274.63 g; suma cukrów: 88.1 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.5 g; Błonnik: 24.7 g; : 7.12 g; : 239.13 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiinowy 50 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 250 g (GLU, JAJ, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko: 75.14 g; Węglowodany : 274.63 g; suma cukrów: 88.1 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.5 g; Błonnik: 24.7 g; : 7.12 g; : 239.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g , gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1648.92 kcal; Białko: 65.77 g; Węglowodany : 216.94 g; suma cukrów: 63.85 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.55 g; Błonnik: 33.5 g; : 7.07 g; : 183.46 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczo 200 g , gruszka 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), pestki dyni 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.34 kcal; Białko: 88.97 g; Węglowodany : 260.54 g; suma cukrów: 93.29 g; Tłuszcz: 81.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.21 g; Błonnik: 30.03 g; : 7.09 g; : 225.79 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1432.57 kcal; Białko: 60.36 g; Węglowodany : 193.95 g; suma cukrów: 48.68 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.31 g; Błonnik: 26 g; : 6.03 g; : 160.77 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1823.04 kcal; Białko: 89.79 g; Węglowodany : 214.16 g; suma cukrów: 39.62 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.83 g; Błonnik: 20.25 g; : 8.15 g; : 186.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), dżem brzoskwinowy 50 g , masło 15 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE,), sos truskawkowy 100 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.38 kcal; Białko: 44.75 g; Węglowodany : 253.01 g; suma cukrów: 93.3 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.84 g; Błonnik: 30.9 g; : 5.66 g; : 222.12 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1824.34 kcal; Białko: 70.95 g; Węglowodany : 238.76 g; suma cukrów: 35.43 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.95 g; Błonnik: 24.79 g; : 7.6 g; : 213.98 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 400 g (SEL,), gotowane udko bez selera 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),
II Śniadanie: biszkopty 40 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: panacotta 200 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1817.07 kcal; Białko: 86.5 g; Węglowodany : 207.88 g; suma cukrów: 79.05 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.34 g; Błonnik: 19.68 g; : 3.39 g; : 169.1 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 567.38 kcal; Białko: 19.91 g; Węglowodany : 96.61 g; suma cukrów: 69.5 g; Tłuszcz: 13.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.41 g; Błonnik: 10.44 g; : .89 g; : 81.46 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , ser topiony w plastrach 50 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 15 g (MLE), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (MLE), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.47 kcal; Białko: 74.14 g; Węglowodany : 262.52 g; suma cukrów: 57.26 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.19 g; Błonnik: 24.65 g; : 7.67 g; : 237.66 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1778.76 kcal; Białko: 75.15 g; Węglowodany : 241.44 g; suma cukrów: 52.35 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.95 g; Błonnik: 32.05 g; : 7.3 g; : 209.42 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.75 kcal; Białko: 70.22 g; Węglowodany : 237.35 g; suma cukrów: 35.31 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.93 g; Błonnik: 24.33 g; : 6.63 g; : 213.03 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), ser żółty 80 g (MLE), masło 15 g (MLE), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 250 g (SEL), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE), sos truskawkowy 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 105 g (GLU), masło 20 g (MLE), ser żółty 80 g (MLE),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.87 kcal; Białko: 75.36 g; Węglowodany : 247.9 g; suma cukrów: 96.17 g; Tłuszcz: 94.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.2 g; Błonnik: 24.25 g; : 7.75 g; : 216.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 60 g , gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1279.49 kcal; Białko: 48.67 g; Węglowodany : 166.5 g; suma cukrów: 51.03 g; Tłuszcz: 47.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.29 g; Błonnik: 14.28 g; : 3.61 g; : 145.01 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.94 kcal; Białko: 69.39 g; Węglowodany : 274.09 g; suma cukrów: 49.96 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.34 g; Błonnik: 28.87 g; : 7.7 g; : 245.03 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.09 kcal; Białko: 60.99 g; Węglowodany : 224.08 g; suma cukrów: 59.52 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.89 g; Błonnik: 22.28 g; : 6.45 g; : 194.61 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), ser topiony w plastrach 40 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL</u>), bigos 250 g (<u>SEL, S02</u>), bułka grahamka 50g 50 g (<u>GLU</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 20 g , sałatka makaronowa z makrelą 100 g (<u>GLU, SEL</u>), pomidor 30 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gruszka 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1840.51 kcal; Białko: 72.23 g; Węglowodany : 264.42 g; suma cukrów: 63.54 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.85 g; Błonnik: 27.7 g; : 7.43 g; : 229.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 150 g (GLU, JAJ, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 70 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1807 kcal; Białko: 62.88 g; Węglowodany : 237.34 g; suma cukrów: 78.58 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.66 g; Błonnik: 20.71 g; : 6.02 g; : 209.43 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 50 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g , gruszka 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.06 kcal; Białko: 61.3 g; Węglowodany : 253.23 g; suma cukrów: 86.86 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.16 g; Błonnik: 24.18 g; : 6.17 g; : 218.24 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 90 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1238.9 kcal; Białko: 51.31 g; Węglowodany : 164.08 g; suma cukrów: 56.48 g; Tłuszcz: 44.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.46 g; Błonnik: 24.9 g; : 5.48 g; : 139.18 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g (MLE,), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 90 g (SEL,), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pomidor 30 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , gruszka 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), pestki dyni 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1696.54 kcal; Białko: 71.77 g; Węglowodany : 205.1 g; suma cukrów: 90.03 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.39 g; Błonnik: 23.44 g; : 5.36 g; : 176.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), gotowane udko z kurczaka 100 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 50 g , gotowana marchewka juniorka 75 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 30 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1504.4 kcal; Białko: 70.92 g; Węglowodany : 180.47 g; suma cukrów: 36.45 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.06 g; Błonnik: 16.71 g; : 6.45 g; : 160.18 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), pierogi leniwe 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos truskawkowy 70 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1477.24 kcal; Białko: 31.64 g; Węglowodany : 220.73 g; suma cukrów: 81.92 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.92 g; Błonnik: 26.12 g; : 4.39 g; : 194.62 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , ser topiony w plastrach 30 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 100 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g , pomidor 30 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1551.21 kcal; Białko: 50.86 g; Węglowodany : 201.11 g; suma cukrów: 52.6 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.61 g; Błonnik: 18.68 g; : 5.25 g; : 182.28 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko z kurczaka 100 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka gotowana 60 g , pomidor 30 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1441.13 kcal; Białko: 47.4 g; Węglowodany : 196.69 g; suma cukrów: 45.02 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.94 g; Błonnik: 21.41 g; : 5.57 g; : 175.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.59 kcal; Białko: 62.05 g; Węglowodany : 231.35 g; suma cukrów: 59.49 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.16 g; Błonnik: 22.28 g; : 6.45 g; : 198.27 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), ser żółty 40 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 200 g (SEL,), pierogi leniwe 150 g (GLU, JAJ, MLE,), sos truskawkowy 70 g , gotowana marchewka juniorka 75 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser żółty 40 g (MLE,),
II Śniadanie: biszkopty 10 g (GLU, JAJ, MLE,), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1661.62 kcal; Białko: 49.89 g; Węglowodany : 210.98 g; suma cukrów: 86.05 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.03 g; Błonnik: 20.38 g; : 5.12 g; : 186.99 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 80 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 15 g , szynka gotowana 40 g , pomidor 30 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1340.64 kcal; Białko: 47.3 g; Węglowodany : 199.68 g; suma cukrów: 47.5 g; Tłuszcz: 42.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.86 g; Błonnik: 25.93 g; : 5.14 g; : 173.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), ser topiony w plastrach 25 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 25 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 100 g (<u>SEL,</u>), bigos 150 g (<u>SEL, S02,</u>), bułka grahamka 50g 50 g (<u>GLU,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 30 g , pomidor 25 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 50 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1300.44 kcal; Białko: 51.1 g; Węglowodany : 190.48 g; suma cukrów: 43.95 g; Tłuszcz: 41.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.68 g; Błonnik: 21.49 g; : 5.74 g; : 165.38 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 150 g (<u>SEL,</u>), pierogi leniwe 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 70 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1198.97 kcal; Białko: 42.34 g; Węglowodany : 164.88 g; suma cukrów: 65.63 g; Tłuszcz: 43.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.17 g; Błonnik: 15.04 g; : 3.67 g; : 146.24 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 150 g (<u>SEL,</u>), pierogi leniwe 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 50 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 70 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1237.88 kcal; Białko: 40.06 g; Węglowodany : 178.36 g; suma cukrów: 61.38 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.89 g; Błonnik: 15.99 g; : 3.9 g; : 158.77 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 25 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa rosolnik 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 75 g , gotowane udko z kurczaka 60 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 75 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 30 g , pomidor 25 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g , gruszka 150 g ,	Podwieczerek: jabłko 75 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 935.46 kcal; Białko: 34.35 g; Węglowodany : 136.28 g; suma cukrów: 46.75 g; Tłuszcz: 30.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.24 g; Błonnik: 19.22 g; : 3.45 g; : 113.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 10 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 75 g, gotowane udko z kurczaka 60 g (<u>SEL</u>), surówka z marchwi 100 g,	herbata 100 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g, pestki dyni 10 g,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), gruszka pieczona 150 g, gruszka 150 g,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1315.87 kcal; Białko: 52.85 g; Węglowodany : 181.26 g; suma cukrów: 83.47 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.53 g; Błonnik: 19.08 g; : 3.44 g; : 153.84 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g (<u>SEL</u>), gotowane udko z kurczaka 60 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 50 g, gotowana marchewka juniorka 75 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 20 g, ser żółty 20 g (<u>MLE</u>), pomidor 25 g,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1030.61 kcal; Białko: 47.53 g; Węglowodany : 123.68 g; suma cukrów: 30.8 g; Tłuszcz: 39.04 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.39 g; Błonnik: 11.17 g; : 4.15 g; : 108.92 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), dżem brzoskwinowy 30 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 25 g, sałata lodowa 10 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), pierogi leniwe 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos truskawkowy 50 g, gotowana marchewka juniorka 75 g,	herbata 200 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g, gruszka pieczona 150 g,	Podwieczorek: jabłko 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 970.8 kcal; Białko: 19.21 g; Węglowodany : 153.59 g; suma cukrów: 62.46 g; Tłuszcz: 33.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 13.45 g; Błonnik: 19.23 g; : 2.83 g; : 134.36 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy 60 g, ser topiony w plastrach 25 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 10 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 50 g, gotowane udko z kurczaka 60 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 75 g,	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 30 g, pomidor 25 g,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g, gruszka pieczona 150 g,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1136.58 kcal; Białko: 37.16 g; Węglowodany : 149.79 g; suma cukrów: 45.46 g; Tłuszcz: 44.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.77 g; Błonnik: 13.62 g; : 3.87 g; : 136.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), bułka grahamka 50g 50 g (<u>GLU,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.92 kcal; Białko: 96.94 g; Węglowodany : 285.54 g; suma cukrów: 51.4 g; Tłuszcz: 68.9 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.79 g; Błonnik: 29.18 g; : 8.19 g; : 249.16 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>), bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.17 kcal; Białko: 84.07 g; Węglowodany : 320.4 g; suma cukrów: 65.38 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.2 g; Błonnik: 24.01 g; : 6.53 g; : 289.19 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>), bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.58 kcal; Białko: 80.63 g; Węglowodany : 339.28 g; suma cukrów: 82.77 g; Tłuszcz: 57.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.44 g; Błonnik: 24.41 g; : 6.14 g; : 307.67 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 35 g (GLU,), ser twarogowy 50 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , bułka grahamka 50g 50 g (GLU,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), surówka z buraka 170 g , sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.31 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 231.03 g; suma cukrów: 46.11 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.82 g; Błonnik: 26.72 g; : 6.46 g; : 204.09 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
wtorek 2025-03-11		
herbata 200 g , chleb razowy 35 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 20 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata lodowa 20 g , bułka grahamka 50g 50 g (GLU,),	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), surówka z buraka 170 g , sos koperkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.15 kcal; Białko: 88.52 g; Węglowodany : 264.22 g; suma cukrów: 51.47 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.37 g; Błonnik: 32.54 g; : 6.58 g; : 226.92 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
wtorek 2025-03-11		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 35 g (GLU,), jajko gotowane 2 szt (JAJ,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , bułka grahamka 50g 50 g (GLU,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1785.45 kcal; Białko: 85.53 g; Węglowodany : 236.24 g; suma cukrów: 45.8 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.72 g; Błonnik: 25.83 g; : 6.45 g; : 210.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>), bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.22 kcal; Białko: 105.36 g; Węglowodany : 273.32 g; suma cukrów: 56.26 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.82 g; Błonnik: 21.18 g; : 7.89 g; : 251.94 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1763.37 kcal; Białko: 56.5 g; Węglowodany : 270.35 g; suma cukrów: 73.27 g; Tłuszcz: 54.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.77 g; Błonnik: 25.43 g; : 4.54 g; : 244.92 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.57 kcal; Białko: 86.23 g; Węglowodany : 244.77 g; suma cukrów: 34.94 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.92 g; Błonnik: 18.56 g; : 8.43 g; : 226.22 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ziemniaczana 400 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowana szynka II danie bez selera 250 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 400 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1798.6 kcal; Białko: 82.79 g; Węglowodany : 239.18 g; suma cukrów: 127.08 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.65 g; Błonnik: 20.95 g; : 5.13 g; : 218.3 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 400 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 646.47 kcal; Białko: 20.43 g; Węglowodany : 100.42 g; suma cukrów: 68.14 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 9.74 g; Błonnik: 9.25 g; : .96 g; : 86.44 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

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

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 40 g , masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (MLE,), bułka bezglutenowa kajzerka 1 szt ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe BG 120 g (JAJ, SEL,), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1802.23 kcal; Białko: 75.88 g; Węglowodany : 220.19 g; suma cukrów: 41.84 g; Tłuszcz: 71.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.6 g; Błonnik: 18.02 g; : 6.24 g; : 202.03 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1865.11 kcal; Białko: 74.51 g; Węglowodany : 214.73 g; suma cukrów: 32.88 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.92 g; Błonnik: 23.28 g; : 7.08 g; : 191.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 50 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.25 kcal; Białko: 82.4 g; Węglowodany : 301.64 g; suma cukrów: 34.35 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.42 g; Błonnik: 21.3 g; : 7.23 g; : 273.14 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , ketchup 30 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>), bułka grahamka 50g 50 g (<u>GLU,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), papryka faszerowana 300 g (<u>MLE,</u>), sos tzatzyki 50 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>),
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2337.89 kcal; Białko: 78.42 g; Węglowodany : 272.99 g; suma cukrów: 49.95 g; Tłuszcz: 112.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 49.43 g; Błonnik: 27.77 g; : 8.68 g; : 236.83 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 60 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1266.8 kcal; Białko: 58.34 g; Węglowodany : 179.82 g; suma cukrów: 28.68 g; Tłuszcz: 37.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.22 g; Błonnik: 14.14 g; : 4.56 g; : 158.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe BG 120 g (<u>JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.1 kcal; Białko: 65.26 g; Węglowodany : 237.64 g; suma cukrów: 31.64 g; Tłuszcz: 92.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.98 g; Błonnik: 20.11 g; : 7.04 g; : 217.33 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 40 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE, _</u>), bułka pszenna 50g 50 g (<u>GLU, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.41 kcal; Białko: 83.71 g; Węglowodany : 300.83 g; suma cukrów: 47.06 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.04 g; Błonnik: 23.91 g; : 6.66 g; : 269.72 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 15 g , ketchup 20 g , ogórek zielony 30 g , ser twarogowy 30 g (<u>MLE, _</u>), herbata 150 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE, _</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowana szynka II danie bez selera 100 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 100 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	papryka 30 g , herbata 150 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 40 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1667.23 kcal; Białko: 76.02 g; Węglowodany : 223.26 g; suma cukrów: 40.96 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.97 g; Błonnik: 21.23 g; : 6.01 g; : 194.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 30 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 15 g, herbata 100 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), gotowany burak 100 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pomidor bs 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 120 g, biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1722.44 kcal; Białko: 64.17 g; Węglowodany : 243.49 g; suma cukrów: 47.89 g; Tłuszcz: 57.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.53 g; Błonnik: 19.73 g; : 4.58 g; : 216.56 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 40 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g, sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwiniowy 70 g, herbata 150 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), gotowany burak 100 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pomidor bs 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 120 g, biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1747.84 kcal; Białko: 69.47 g; Węglowodany : 258.98 g; suma cukrów: 62.15 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.84 g; Błonnik: 20.05 g; : 5.02 g; : 231.73 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
chleb razowy 80 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g, sałata lodowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), surówka z buraka 150 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb razowy 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g, papryka 80 g,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1472.49 kcal; Białko: 67.17 g; Węglowodany : 180.03 g; suma cukrów: 42.3 g; Tłuszcz: 55.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.04 g; Błonnik: 21.11 g; : 4.88 g; : 158.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 80 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g, sałata lodowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), surówka z buraka 150 g, sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 150 g, chleb razowy 80 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 60 g, pomidor bs 30 g,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1671.12 kcal; Białko: 78.59 g; Węglowodany : 189.24 g; suma cukrów: 40.31 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.42 g; Błonnik: 21.27 g; : 5.12 g; : 163.03 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 80 g (GLU,), ser twarogowy 70 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, sałata lodowa 10 g, szynka wieprzowa 60 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), gotowany burak 100 g, sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 40 g, pomidor bs 30 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1572.4 kcal; Białko: 76.57 g; Węglowodany : 183.54 g; suma cukrów: 37.22 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.52 g; Błonnik: 16.62 g; : 5.69 g; : 166.73 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb baltonowski 40 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), ser twarogowy 30 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 20 g, sałata lodowa 10 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g, pulpety drobiowe 80 g (GLU, JAJ, SEL,), gotowany burak 150 g, sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 150 g, chleb baltonowski 40 g (GLU,), chleb razowy 60 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pomidor bs 30 g, dżem brzoskwinowy 70 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1471.82 kcal; Białko: 42.6 g; Węglowodany : 226.08 g; suma cukrów: 55.97 g; Tłuszcz: 47.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.36 g; Błonnik: 21.58 g; : 3.67 g; : 204.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), ser twarogowy 40 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 20 g , sałata lodowa 10 g , szynka wieprzowa 60 g , herbata 150 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE, SEL, _</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe BG 100 g (<u>JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1823.97 kcal; Białko: 66.66 g; Węglowodany : 237.87 g; suma cukrów: 38.21 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.9 g; Błonnik: 17.74 g; : 6.12 g; : 219.93 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna		
chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana BM 250 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe BG 100 g (<u>JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 100 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1663.97 kcal; Białko: 52.07 g; Węglowodany : 214.5 g; suma cukrów: 25.57 g; Tłuszcz: 68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.77 g; Błonnik: 17.31 g; : 5.78 g; : 196.99 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
chleb pszenny 80 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 15 g , ser twarogowy 40 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE, _</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	pomidor bs 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 15 g , szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1749.62 kcal; Białko: 69.87 g; Węglowodany : 238.74 g; suma cukrów: 42.13 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.53 g; Błonnik: 21.16 g; : 5.23 g; : 210.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g , sałata lodowa 15 g , ketchup 20 g , ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), herbata 150 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL</u>), papryka faszerowana 200 g (<u>MLE</u>), sos tzatzyki 40 g (<u>MLE</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 30 g , ser topiony w kostce 30 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1725.67 kcal; Białko: 56.56 g; Węglowodany : 195.02 g; suma cukrów: 39.31 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.41 g; Błonnik: 18.78 g; : 5.7 g; : 168.09 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 60 g , rzodkiewka (2 sztuki) 20 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa ziemniaczana BM 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety drobiowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), gotowany burak 100 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 150 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor bs 30 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1573.5 kcal; Białko: 65.59 g; Węglowodany : 201.84 g; suma cukrów: 27.15 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.04 g; Błonnik: 21.1 g; : 5.97 g; : 180.75 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 10 g , ketchup 15 g , ogórek zielony 25 g , ser twarogowy 25 g (<u>MLE</u>), herbata 75 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g , zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana szynka II danie bez selera 60 g (<u>SEL</u>), gotowany burak 50 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	papryka 20 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 biała 30 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1234.68 kcal; Białko: 57.62 g; Węglowodany : 167.22 g; suma cukrów: 33.19 g; Tłuszcz: 43.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.78 g; Błonnik: 15.41 g; : 4.16 g; : 144.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 25 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 25 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 50 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	pomidor bs 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g, biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1287.47 kcal; Białko: 47.31 g; Węglowodany : 186.58 g; suma cukrów: 36.39 g; Tłuszcz: 40.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.94 g; Błonnik: 14.31 g; : 3.47 g; : 165.07 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g, sałata lodowa 10 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, herbata 100 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 50 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	pomidor bs 25 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 30 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g, biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1259.71 kcal; Białko: 44.46 g; Węglowodany : 186.45 g; suma cukrów: 37.8 g; Tłuszcz: 39.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.01 g; Błonnik: 14.19 g; : 3.2 g; : 165.05 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 40 g (<u>MLE,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), surówka z buraka 100 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 100 g, chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g, papryka 20 g,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g, biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: kefir naturalny 100 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1051.19 kcal; Białko: 44.04 g; Węglowodany : 137.52 g; suma cukrów: 28.93 g; Tłuszcz: 37.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.15 g; Błonnik: 14.3 g; : 3.27 g; : 115.91 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), surówka z buraka 100 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g, pomidor bs 25 g,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1100.59 kcal; Białko: 53.01 g; Węglowodany : 128.03 g; suma cukrów: 34.53 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.31 g; Błonnik: 13.47 g; : 3.46 g; : 109.62 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, sałata lodowa 10 g, szynka wieprzowa 30 g, herbata 100 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 50 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 50 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g, pomidor bs 25 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: kefir naturalny 100 ml (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1161.87 kcal; Białko: 55 g; Węglowodany : 140.62 g; suma cukrów: 30.66 g; Tłuszcz: 43.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.15 g; Błonnik: 11.28 g; : 4.06 g; : 129.24 g;

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g, pulpety drobiowe 60 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 50 g, sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 100 g, chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 25 g, dżem brzoskwinowy 50 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1145.84 kcal; Białko: 38.34 g; Węglowodany : 174.17 g; suma cukrów: 44.74 g; Tłuszcz: 35.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.01 g; Błonnik: 14.27 g; : 2.64 g; : 159.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-11		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 15 g , sałata lodowa 10 g , szynka wieprzowa 30 g , herbata 100 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g , zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety drobiowe BG 60 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), gotowany burak 100 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 100 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 25 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1275.26 kcal; Białko: 48.58 g; Węglowodany : 166.38 g; suma cukrów: 31.99 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.25 g; Błonnik: 12.88 g; : 4.25 g; : 153.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka wieprzowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa z fasolki szparagowej 250 g (MLE, SEL,), pierogi z mięsem 250 g (GLU, JAJ,), kapusta kiszona zasmażana 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031.45 kcal; Białko: 46.53 g; Węglowodany : 222.82 g; suma cukrów: 83.92 g; Tłuszcz: 108.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.89 g; Błonnik: 24.24 g; : 5.61 g; : 198.59 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka wieprzowa 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016.64 kcal; Białko: 80.09 g; Węglowodany : 269.12 g; suma cukrów: 58.75 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.39 g; Błonnik: 22.63 g; : 6.15 g; : 246.5 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984.17 kcal; Białko: 81.93 g; Węglowodany : 273.87 g; suma cukrów: 61.63 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.24 g; Błonnik: 24.18 g; : 6.32 g; : 249.7 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1880.28 kcal; Białko: 73.37 g; Węglowodany : 260 g; suma cukrów: 64.11 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.34 g; Błonnik: 33.79 g; : 6 g; : 226.2 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 140 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż brązowy 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.33 kcal; Białko: 79.42 g; Węglowodany : 249.06 g; suma cukrów: 47.27 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.92 g; Błonnik: 33.39 g; : 6.21 g; : 210.93 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1600.11 kcal; Białko: 67.34 g; Węglowodany : 197.82 g; suma cukrów: 33.81 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.93 g; Błonnik: 21.52 g; : 5.42 g; : 176.29 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.78 kcal; Białko: 86.8 g; Węglowodany : 248.98 g; suma cukrów: 49.8 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.51 g; Błonnik: 21.99 g; : 7.18 g; : 226.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.18 kcal; Białko: 56.61 g; Węglowodany : 270.11 g; suma cukrów: 87.68 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.86 g; Błonnik: 23.86 g; : 4.34 g; : 246.25 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.53 kcal; Białko: 82.24 g; Węglowodany : 238.26 g; suma cukrów: 29.73 g; Tłuszcz: 88.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.95 g; Błonnik: 19.25 g; : 6.54 g; : 219.01 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (GLU, MLE,),	zupa wiosenna krem BG/BM 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 200 g , dynia gotowana 200 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus jabłkowy 300 g ,
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1590.8 kcal; Białko: 61.62 g; Węglowodany : 188.15 g; suma cukrów: 90.86 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.9 g; Błonnik: 23.76 g; : 1.96 g; : 164.44 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 532.73 kcal; Białko: 19.05 g; Węglowodany : 88.58 g; suma cukrów: 68.28 g; Tłuszcz: 13.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.37 g; Błonnik: 9.22 g; : .85 g; : 74.64 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1832.87 kcal; Białko: 63.13 g; Węglowodany : 234.55 g; suma cukrów: 32.44 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.14 g; Błonnik: 18.91 g; : 5.94 g; : 215.44 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.07 kcal; Białko: 78.58 g; Węglowodany : 213.56 g; suma cukrów: 34.42 g; Tłuszcz: 78.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.32 g; Błonnik: 22.37 g; : 6.52 g; : 191.19 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.21 kcal; Białko: 86.72 g; Węglowodany : 287.27 g; suma cukrów: 57.88 g; Tłuszcz: 105.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.79 g; Błonnik: 23.12 g; : 6.97 g; : 264.16 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 15 g (MLE), dżem brzoskwiniowy 100 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), cukinia zapiekana z fetą 300 g (MLE SEL), sos tzatzyki 50 g (MLE),	chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU),
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.85 kcal; Białko: 37.06 g; Węglowodany : 264.22 g; suma cukrów: 123.1 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.7 g; Błonnik: 25.28 g; : 4.67 g; : 237.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 50 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 , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1319.2 kcal; Białko: 56.18 g; Węglowodany : 170.54 g; suma cukrów: 53.77 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.14 g; Błonnik: 15.33 g; : 3.44 g; : 155.21 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2078.54 kcal; Białko: 69.25 g; Węglowodany : 270.48 g; suma cukrów: 65.84 g; Tłuszcz: 81.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.6 g; Błonnik: 19.01 g; : 6.62 g; : 251.27 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 120 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2181.82 kcal; Białko: 89.7 g; Węglowodany : 312.15 g; suma cukrów: 96.53 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.95 g; Błonnik: 24.98 g; : 6.98 g; : 287.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 15 g , dżem brzoskwinowy 30 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 30 g , sałata lodowa 20 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa z fasolki szparagowej 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z mięsem 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>), kapusta kiszona zasmażana 150 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 40 g , ogórek zielony 30 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1771.99 kcal; Białko: 38.7 g; Węglowodany : 194.11 g; suma cukrów: 69.25 g; Tłuszcz: 95.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.26 g; Błonnik: 22.01 g; : 4.8 g; : 172.1 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , pomidor bs 30 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 100 g , sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	sałata lodowa 15 g , herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1741.52 kcal; Białko: 70.32 g; Węglowodany : 224.22 g; suma cukrów: 54.3 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.07 g; Błonnik: 18.64 g; : 5.04 g; : 205.59 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 40 g , pomidor bs 70 g , sałata lodowa 15 g , dżem brzoskwinowy 30 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 150 g , sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1719.43 kcal; Białko: 70.33 g; Węglowodany : 234.64 g; suma cukrów: 49.93 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.68 g; Błonnik: 20.33 g; : 5 g; : 214.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 50 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g, sałata lodowa 20 g, dżem brzoskwinowy 50 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, surówka z papryką i koperkiem 100 g, sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1495.75 kcal; Białko: 62.24 g; Węglowodany : 188.37 g; suma cukrów: 58.3 g; Tłuszcz: 57.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.05 g; Błonnik: 24.85 g; : 4.51 g; : 163.51 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów		
chleb razowy 85 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 60 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), papryka 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, surówka z papryką i koperkiem 100 g, sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb razowy 85 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1710.32 kcal; Białko: 77.8 g; Węglowodany : 197.16 g; suma cukrów: 38.72 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.45 g; Błonnik: 23.81 g; : 5.38 g; : 163.88 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
szynka wieprzowa 60 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor 30 g, sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwinowy 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g, schab wiśniowy 60 g,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1574.86 kcal; Białko: 64.93 g; Węglowodany : 195.95 g; suma cukrów: 38.42 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.09 g; Błonnik: 17.86 g; : 5.01 g; : 178.09 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna		
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 40 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor 70 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g, pieczone udko z kurczaka 60 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwinowy 80 g,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1448.21 kcal; Białko: 39.72 g; Węglowodany : 224.35 g; suma cukrów: 58.6 g; Tłuszcz: 45.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.63 g; Błonnik: 20.73 g; : 3.46 g; : 203.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 60 g , pomidor 70 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 100 g , sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 15 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1584.14 kcal; Białko: 60.78 g; Węglowodany : 188.78 g; suma cukrów: 27.96 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.58 g; Błonnik: 15.48 g; : 5.31 g; : 173.14 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka wieprzowa 60 g , pomidor 30 g , dżem brzoskwinowy 40 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 100 g , sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 15 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1663.1 kcal; Białko: 57.23 g; Węglowodany : 215.68 g; suma cukrów: 40.72 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.26 g; Błonnik: 15.69 g; : 5.06 g; : 199.83 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , dynia gotowana 50 g , sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwinowy 50 g , schab wiśniowy 45 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1517.59 kcal; Białko: 62.7 g; Węglowodany : 203.92 g; suma cukrów: 56.76 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.86 g; Błonnik: 17.35 g; : 4.09 g; : 186.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 70 g, pomidor 70 g, sałata lodowa 20 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), cukinia zapiekana z fetą 200 g (MLE, SEL,), sos tzatzyki 30 g (MLE,),	chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 15 g, dżem brzoskwiniowy 70 g, chleb baltonowski 20 g (GLU,),
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1565.62 kcal; Białko: 30.63 g; Węglowodany : 216.05 g; suma cukrów: 94.11 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.77 g; Błonnik: 21.36 g; : 3.67 g; : 193.98 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 15 g (GLU,), margaryna 20 g, szynka wieprzowa 60 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 150 g, pieczone udko z kurczaka 120 g, dynia gotowana 100 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 150 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 20 g, schab wiśniowy 60 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1514.95 kcal; Białko: 63.94 g; Węglowodany : 173.92 g; suma cukrów: 29.15 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.99 g; Błonnik: 18.87 g; : 5.01 g; : 155.04 g;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 50 g (GLU,), szynka wieprzowa 20 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, masło 10 g (MLE,), papryka 20 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 100 g, zupa z fasolki szparagowej 150 g (MLE, SEL,), pierogi z mięsem 100 g (GLU, JAJ,), kapusta kiszona zasmażana 50 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 50 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 25 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1190.23 kcal; Białko: 31.2 g; Węglowodany : 146.78 g; suma cukrów: 52.86 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.15 g; Błonnik: 14.89 g; : 3.15 g; : 131.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 20 g, dżem brzoskwiowy 30 g, pomidor bs 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 100 g, zupa wiosenna krem BG/BM 150 g (SEL,), ryż 100 g, pieczone udko z kurczaka 60 g, dynia gotowana 80 g, sos potrawkowy 25 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 40 g,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1235.99 kcal; Białko: 44.93 g; Węglowodany : 171.79 g; suma cukrów: 43.16 g; Tłuszcz: 42.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.02 g; Błonnik: 14.37 g; : 3.35 g; : 157.44 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka wieprzowa 40 g, pomidor bs 30 g, sałata lodowa 10 g, dżem brzoskwiowy 30 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 100 g, zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (SEL,), ryż 100 g, pieczone udko z kurczaka 60 g, dynia gotowana 50 g, sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 30 g,
II Śniadanie: gruszka pieczona 100 g,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1204.86 kcal; Białko: 45.88 g; Węglowodany : 162.71 g; suma cukrów: 37.26 g; Tłuszcz: 41.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.4 g; Błonnik: 12.46 g; : 3.42 g; : 150.26 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g, masło 10 g (MLE,), papryka 20 g, sałata lodowa 10 g, dżem brzoskwiowy 30 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (SEL,), ryż brązowy 100 g, pieczone udko z kurczaka 60 g, surówka z papryką i koperkiem 80 g, sos potrawkowy 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 100 g, chleb razowy 50 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 30 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1035.23 kcal; Białko: 41.81 g; Węglowodany : 137.71 g; suma cukrów: 45.19 g; Tłuszcz: 37.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.4 g; Błonnik: 18.17 g; : 3.27 g; : 119.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
szynka wieprzowa 30 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), papryka 20 g , sałata lodowa 10 g , herbata 100 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>),	kompot 200ml BC 100 g , zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g , pieczone udko z kurczaka 60 g , surówka z papryką i koperkiem 80 g , sos potrawkowy 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 100 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 10 g ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1088.58 kcal; Białko: 44.48 g; Węglowodany : 136.67 g; suma cukrów: 37.83 g; Tłuszcz: 42.68 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 18.67 g; Błonnik: 17.93 g; : 3.17 g; : 114 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 40 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 25 g , sałata lodowa 10 g , dżem brzoskwiowy 30 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 60 g , dynia gotowana 50 g , sos potrawkowy 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 100 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 10 g ,	
II Śniadanie: gruszka pieczona 100 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1062.06 kcal; Białko: 40.71 g; Węglowodany : 141.42 g; suma cukrów: 28.15 g; Tłuszcz: 37.76 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 17.07 g; Błonnik: 11.73 g; : 3.37 g; : 129.69 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), szynka wieprzowa 40 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 25 g , sałata lodowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 60 g , dynia gotowana 50 g , sos potrawkowy 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 100 g , chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 10 g , dżem brzoskwiowy 50 g ,	
II Śniadanie: gruszka pieczona 100 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 992.39 kcal; Białko: 31.91 g; Węglowodany : 142.39 g; suma cukrów: 36.23 g; Tłuszcz: 33.8 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 16.3 g; Błonnik: 12.8 g; : 2.56 g; : 129.59 g;

środa 2025-03-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 40 g , pomidor 25 g , sałata lodowa 10 g , herbata 100 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g , pieczone udko z kurczaka 60 g , dynia gotowana 50 g , sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 100 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 10 g ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1064.66 kcal; Białko: 34.34 g; Węglowodany : 138.83 g; suma cukrów: 21.42 g; Tłuszcz: 41.84 g; Kw. tłuszcz. nas. ogółem: 15.53 g; Błonnik: 10.51 g; : 3.34 g; : 128.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,), papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (SEL,), makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z tuńczyka 50 g (JAJ, GOR,), sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g , jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2113.05 kcal; Białko: 95.53 g; Węglowodany : 305.71 g; suma cukrów: 81.13 g; Tłuszcz: 62.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.03 g; Błonnik: 25.55 g; : 7.43 g; : 280.18 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g , jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2340.46 kcal; Białko: 97.42 g; Węglowodany : 343.19 g; suma cukrów: 81.04 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28 g; Błonnik: 28.45 g; : 8.97 g; : 314.75 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 10 g , jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.17 kcal; Białko: 97.93 g; Węglowodany : 343.15 g; suma cukrów: 80.98 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.58 g; Błonnik: 28.45 g; : 9.02 g; : 314.71 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,), papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), makaron razowy z twarogiem 250 g (MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 30 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	
-------------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.65 kcal; Białko: 88.31 g; Węglowodany : 288.14 g; suma cukrów: 81 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.94 g; Błonnik: 24.62 g; : 8.1 g; : 260.53 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , surówka z marchewki tarta 100 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 300 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 100 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), pestki dyni 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1880.26 kcal; Białko: 93.96 g; Węglowodany : 215.66 g; suma cukrów: 67.65 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.85 g; Błonnik: 28.13 g; : 8.04 g; : 182.82 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), makaron z twarożkiem 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1793.62 kcal; Białko: 77.52 g; Węglowodany : 248.25 g; suma cukrów: 74.34 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.59 g; Błonnik: 24.57 g; : 7.39 g; : 223.69 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , surówka z marchewki tarta 100 g , gotowane udko bez selera 240 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.39 kcal; Białko: 94.69 g; Węglowodany : 265.09 g; suma cukrów: 63.94 g; Tłuszcz: 66.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.84 g; Błonnik: 26.62 g; : 7.8 g; : 238.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), makaron z twarogiem 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.13 kcal; Białko: 81.41 g; Węglowodany : 344.23 g; suma cukrów: 99.68 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.65 g; Błonnik: 29.6 g; : 7.8 g; : 314.64 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2078.17 kcal; Białko: 80.31 g; Węglowodany : 283.33 g; suma cukrów: 48.71 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.81 g; Błonnik: 25.63 g; : 6.59 g; : 257.7 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa rosolnik 400 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , margaryna 30 g , gotowane udko bez selera 250 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 400 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: panacotta 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1757.33 kcal; Białko: 77.88 g; Węglowodany : 219.39 g; suma cukrów: 116.83 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.96 g; Błonnik: 26.54 g; : 3.2 g; : 192.9 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 400 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 595.15 kcal; Białko: 20.76 g; Węglowodany : 103.1 g; suma cukrów: 71.06 g; Tłuszcz: 13.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.43 g; Błonnik: 11.91 g; : 1.08 g; : 86.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL, _), surówka z marchewki tarta 100 g ,	herbata 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 314.59 kcal; Białko: 8.08 g; Węglowodany : 67.37 g; suma cukrów: 20.75 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: .49 g; Błonnik: 7.4 g; : .73 g; : 59.97 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE, _), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), makaron B/G z twarogiem 250 g (MLE, _), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE, _),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.09 kcal; Białko: 72.4 g; Węglowodany : 276.78 g; suma cukrów: 80 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.22 g; Błonnik: 23.36 g; : 8.89 g; : 253.24 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), gotowane udko bez selera 120 g , surówka z marchewki tarta 100 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta BM 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1784.53 kcal; Białko: 79.61 g; Węglowodany : 228.33 g; suma cukrów: 54.41 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.01 g; Błonnik: 27.11 g; : 8.1 g; : 201.23 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.7 kcal; Białko: 77.24 g; Węglowodany : 266.21 g; suma cukrów: 48.48 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.69 g; Błonnik: 25.59 g; : 6.47 g; : 240.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL</u>), makaron z twarogiem 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ser topiony w kostce 50 g (<u>MLE</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 50 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.37 kcal; Białko: 87.15 g; Węglowodany : 312.72 g; suma cukrów: 76.45 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.73 g; Błonnik: 28.55 g; : 8.9 g; : 284.18 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 100 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 50 g , gotowane udko bez selera 60 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 20 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 50 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1233.95 kcal; Białko: 48.13 g; Węglowodany : 173.31 g; suma cukrów: 41.65 g; Tłuszcz: 41.07 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.84 g; Błonnik: 19.06 g; : 5 g; : 154.26 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1967.59 kcal; Białko: 75.5 g; Węglowodany : 242.91 g; suma cukrów: 42.95 g; Tłuszcz: 79.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.94 g; Błonnik: 26.13 g; : 8.93 g; : 216.59 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), makaron z twarogiem 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , szynka gotowana 20 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.08 kcal; Białko: 86.26 g; Węglowodany : 360.83 g; suma cukrów: 97.71 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.53 g; Błonnik: 28.66 g; : 8.36 g; : 332.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (<u>GLU, MLE,</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarogiem 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 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 gotowana 20 g , pasta z tuńczyka 40 g (<u>JAJ, GOR,</u>), sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1784.79 kcal; Białko: 76.73 g; Węglowodany : 265.61 g; suma cukrów: 74.59 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.97 g; Błonnik: 23.35 g; : 6.02 g; : 242.27 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarogiem 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.56 kcal; Białko: 77.55 g; Węglowodany : 291.82 g; suma cukrów: 76.58 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.24 g; Błonnik: 24.01 g; : 6.91 g; : 267.82 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 15 g , pomidor bs 50 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (<u>GLU, MLE,</u>), chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarogiem 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816.29 kcal; Białko: 71.57 g; Węglowodany : 281.02 g; suma cukrów: 73.64 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.58 g; Błonnik: 23.35 g; : 6.23 g; : 257.68 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g , pomidor bs 50 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), makaron razowy z twarogiem 200 g (<u>MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g ,	herbata 150 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1627.49 kcal; Białko: 73.79 g; Węglowodany : 223.53 g; suma cukrów: 63.19 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.28 g; Błonnik: 21.39 g; : 6.67 g; : 199.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , masło 10 g (MLE,), sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , pomidor bs 50 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml BC 150 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), makaron razowy z twarozkiem 200 g (MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g ,	herbata 150 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 100 g (MLE,),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.07 kcal; Białko: 86.31 g; Węglowodany : 234.25 g; suma cukrów: 58.4 g; Tłuszcz: 57.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.29 g; Błonnik: 22.15 g; : 7.27 g; : 204.97 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 80 g (GLU,), schab wiśniowy 40 g , masło 10 g (MLE,), sałata lodowa 15 g , pomidor bs 50 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 70 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z marchewki tarta 100 g ,	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 15 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1569.9 kcal; Białko: 64.48 g; Węglowodany : 224.54 g; suma cukrów: 60.64 g; Tłuszcz: 48.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.25 g; Błonnik: 22.97 g; : 6.12 g; : 201.58 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna	
chleb baltonowski 15 g (GLU,), chleb razowy 50 g (GLU,), schab wiśniowy 60 g , masło 10 g (MLE,), sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (GLU, MLE,), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), makaron z twarozkiem 200 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g (GLU,), chleb razowy 50 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , dżem brzoskwiniowy 30 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1798.75 kcal; Białko: 68.41 g; Węglowodany : 278.56 g; suma cukrów: 88.15 g; Tłuszcz: 49.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.55 g; Błonnik: 24.35 g; : 6.29 g; : 254.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 80 g , masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL</u>), makaron B/G z twarogiem 200 g (<u>MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810.13 kcal; Białko: 68.34 g; Węglowodany : 248.8 g; suma cukrów: 76.55 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.79 g; Błonnik: 21.79 g; : 8.41 g; : 226.85 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , herbata 150 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , Zupa rosół wywar (płynna) 250 g (<u>GLU, SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g , gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta BM 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1725.66 kcal; Białko: 66.9 g; Węglowodany : 211.8 g; suma cukrów: 36.93 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.05 g; Błonnik: 21.47 g; : 7.52 g; : 190.18 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (<u>GLU, MLE</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL</u>), makaron z twarogiem 200 g (<u>GLU, MLE</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , szynka gotowana 40 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.5 kcal; Białko: 79.2 g; Węglowodany : 307.11 g; suma cukrów: 90.75 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 20.49 g; Błonnik: 24.89 g; : 7.78 g; : 282.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g, herbata 150 g, ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), papryka 20 g, chrupki kukurydziane 10 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarogiem 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g, mus z brzoskwiń 50 g,	chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g, ser topiony w kostce 25 g (<u>MLE,</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), ogórek kiszony 20 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.32 kcal; Białko: 81.18 g; Węglowodany : 298.08 g; suma cukrów: 80.46 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.87 g; Błonnik: 28.25 g; : 8.2 g; : 269.84 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g, schab wiśniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU, MLE,</u>), papryka 20 g, chrupki kukurydziane 10 g,	kompot 200ml 150 g, Zupa rosół wywar (płynna) 250 g (<u>GLU, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g, surówka z marchewki tarta 100 g, ziemniaki gotowane 150 g,	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 15 g, szynka gotowana 60 g, pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g, ogórek kiszony 20 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: panacotta BM 100 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.82 kcal; Białko: 79.77 g; Węglowodany : 256.96 g; suma cukrów: 62.54 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.76 g; Błonnik: 27.38 g; : 8.44 g; : 229.59 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 40 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g, herbata 100 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), papryka 20 g, chrupki kukurydziane 10 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarogiem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 50 g, mus z brzoskwiń 30 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g, pasta z tuńczyka 30 g (<u>JAJ, GOR,</u>), sałata lodowa 20 g, ogórek kiszony 20 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: panacotta 50 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1200.61 kcal; Białko: 53.73 g; Węglowodany : 170.9 g; suma cukrów: 41.54 g; Tłuszcz: 36.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.1 g; Błonnik: 15.38 g; : 4.71 g; : 155.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g, pomidor bs 50 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), chrupki kukurydziane 10 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarożkiem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 50 g, mus z brzoskwiń 50 g,	pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczerek: panacotta 50 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1266.68 kcal; Białko: 48.95 g; Węglowodany : 184.38 g; suma cukrów: 42.93 g; Tłuszcz: 38.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.62 g; Błonnik: 15.81 g; : 4.86 g; : 168.58 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 20 g, sałata lodowa 10 g, pomidor bs 50 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), chrupki kukurydziane 10 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarożkiem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 50 g, mus z brzoskwiń 30 g,	pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g, herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 20 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczerek: panacotta 50 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1220.82 kcal; Białko: 43.01 g; Węglowodany : 181.65 g; suma cukrów: 41.02 g; Tłuszcz: 37.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.09 g; Błonnik: 15.69 g; : 4.34 g; : 165.96 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 20 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 10 g, pomidor bs 100 g, herbata 100 g, rzodkiewka (2 sztuki) 30 g, papryka 20 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosolnik 100 g (<u>SEL,</u>), makaron z twarożkiem 70 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g,	herbata 100 g, chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g, pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g, ogórek kiszony 20 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczerek: panacotta 50 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1081.18 kcal; Białko: 40.14 g; Węglowodany : 159.07 g; suma cukrów: 50.78 g; Tłuszcz: 33.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.02 g; Błonnik: 19.54 g; : 4.44 g; : 139.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
schab wiśniowy 20 g , masło 10 g (<u>MLE.</u>), sałata lodowa 10 g , herbata 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>),	kompot 200ml BC 100 g , zupa rosolnik 100 g (<u>SEL.</u>), makaron razowy z twarozkiem 100 g (<u>MLE.</u>), surówka z marchewki tarta 50 g ,	herbata 100 g , chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), masło 10 g (<u>MLE.</u>), szynka gotowana 20 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 75 g ,	Podwieczorek: panacotta BC 50 g (<u>MLE.</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1200 kcal; Białko: 47.7 g; Węglowodany : 164.05 g; suma cukrów: 38.26 g; Tłuszcz: 40.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.4 g; Błonnik: 14.77 g; : 4.54 g; : 143.36 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g (<u>GLU.</u>), schab wiśniowy 20 g , masło 10 g (<u>MLE.</u>), sałata lodowa 10 g , pomidor bs 50 g , herbata 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 200 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), papryka 20 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa rosolnik 100 g (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 50 g , surówka z marchewki tarta 100 g , gotowane udko bez selera 120 g ,	herbata 100 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU.</u>), masło 10 g (<u>MLE.</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 10 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1322.75 kcal; Białko: 58.74 g; Węglowodany : 180.93 g; suma cukrów: 56.72 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.27 g; Błonnik: 18.26 g; : 5.41 g; : 162.69 g;

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU.</u>), schab wiśniowy 20 g , masło 10 g (<u>MLE.</u>), sałata lodowa 10 g , herbata 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa rosolnik 100 g (<u>SEL.</u>), makaron z twarozkiem 100 g (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), surówka z marchewki tarta 50 g , mus z brzoskwiń 30 g ,	herbata 100 g , chleb baltonowski 15 g (<u>GLU.</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU.</u>), masło 10 g (<u>MLE.</u>), pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , dżem brzoskwiniowy 30 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 75 g ,	Podwieczorek: panacotta 50 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1129.16 kcal; Białko: 37.38 g; Węglowodany : 172.75 g; suma cukrów: 51.8 g; Tłuszcz: 34.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.69 g; Błonnik: 15.57 g; : 4.05 g; : 157.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-13		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 40 g , sałata lodowa 10 g , herbata 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 100 g , zupa rosolnik 100 g (SEL,), makaron B/G z twarogiem 100 g (MLE,), surówka z marchewki tarta 50 g ,	herbata 100 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 40 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 75 g ,	Podwieczorek: panacotta 50 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1142.59 kcal; Białko: 40.46 g; Węglowodany : 152.85 g; suma cukrów: 37.44 g; Tłuszcz: 42.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.65 g; Błonnik: 13.05 g; : 5.35 g; : 139.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa kapuśniak 250 g (SEL, S02,), makaron 200 g (GLU,), sos szpinakowy z łososiem 150 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Sniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.66 kcal; Białko: 86.77 g; Węglowodany : 262.97 g; suma cukrów: 49.09 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.21 g; Błonnik: 22.65 g; : 7.72 g; : 238.87 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,), sos szpinakowy z łososiem 150 g (MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Sniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.47 kcal; Białko: 93.7 g; Węglowodany : 271.71 g; suma cukrów: 42.4 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.43 g; Błonnik: 18.03 g; : 7.78 g; : 252.03 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,), zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), pieczone warzywa 200 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g ,
II Sniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1948.98 kcal; Białko: 102.33 g; Węglowodany : 230.46 g; suma cukrów: 55.09 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.95 g; Błonnik: 26.07 g; : 7 g; : 202.72 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,), sos szpinakowy z łososiem 150 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 100 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1969.23 kcal; Białko: 86.26 g; Węglowodany : 239.89 g; suma cukrów: 36.9 g; Tłuszcz: 74.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.88 g; Błonnik: 20.46 g; : 7.47 g; : 217.78 g;

piątek 2025-03-14 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 , sałata masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g , sos szpinakowy z łososiem 150 g (<u>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: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 90 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.46 kcal; Białko: 86.11 g; Węglowodany : 254.91 g; suma cukrów: 42.1 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.44 g; Błonnik: 21.3 g; : 7.37 g; : 224.12 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), makaron 150 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1461.96 kcal; Białko: 60.88 g; Węglowodany : 177.07 g; suma cukrów: 33.67 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.03 g; Błonnik: 14.87 g; : 5.88 g; : 162.03 g;

piątek 2025-03-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1846.37 kcal; Białko: 100.37 g; Węglowodany : 201.24 g; suma cukrów: 36.41 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.73 g; Błonnik: 22.32 g; : 7.11 g; : 177.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,), makaron 200 g (GLU,), sos szpinakowy z łososiem 100 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1826.55 kcal; Białko: 59.56 g; Węglowodany : 271.17 g; suma cukrów: 70.73 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.78 g; Błonnik: 19.06 g; : 5.43 g; : 251.93 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1798.38 kcal; Białko: 82.59 g; Węglowodany : 216.33 g; suma cukrów: 34.88 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.77 g; Błonnik: 22.46 g; : 6.86 g; : 193.87 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (GLU, MLE,),	zupa dyniowa bg/bm 300 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 250 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (MLE,),	
II Śniadanie: biszkopty 60 g (GLU, JAJ, MLE,),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1800.45 kcal; Białko: 104.68 g; Węglowodany : 239.93 g; suma cukrów: 107.02 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.61 g; Błonnik: 18.91 g; : 3.19 g; : 199.43 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 548.81 kcal; Białko: 19.36 g; Węglowodany : 92.22 g; suma cukrów: 68.49 g; Tłuszcz: 13.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.39 g; Błonnik: 9.23 g; : .8 g; : 78.27 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,	

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), makaron BG 200 g , sos szpinakowy z łososiem 150 g (<u>MLE, SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.24 kcal; Białko: 71.6 g; Węglowodany : 281.69 g; suma cukrów: 39.07 g; Tłuszcz: 79.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.42 g; Błonnik: 19.28 g; : 8.26 g; : 260.75 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.42 kcal; Białko: 82.11 g; Węglowodany : 194.38 g; suma cukrów: 48.46 g; Tłuszcz: 79.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.42 g; Błonnik: 26.29 g; : 7.22 g; : 168.12 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.83 kcal; Białko: 92.37 g; Węglowodany : 250.22 g; suma cukrów: 56.58 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18 g; Błonnik: 22.84 g; : 7.15 g; : 227.18 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), serek granii 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	surówka z kapusty modrej 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g (<u>JAJ</u>), sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1811.72 kcal; Białko: 52.42 g; Węglowodany : 245.2 g; suma cukrów: 90.4 g; Tłuszcz: 78.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.8 g; Błonnik: 23.57 g; : 3.76 g; : 220.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , piersz kurczka gotowana bez selera 60 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenney 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 40 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1072.61 kcal; Białko: 47.47 g; Węglowodany : 149.68 g; suma cukrów: 49.69 g; Tłuszcz: 33.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.81 g; Błonnik: 15.88 g; : 4.07 g; : 133.82 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.15 kcal; Białko: 70.12 g; Węglowodany : 265.38 g; suma cukrów: 81.36 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.49 g; Błonnik: 24.12 g; : 7.16 g; : 241.07 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenney 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa dyniowa bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</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 pszenney 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , polędwica drobiowa 60 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.92 kcal; Białko: 91.85 g; Węglowodany : 264.92 g; suma cukrów: 89.99 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.98 g; Błonnik: 26.87 g; : 7 g; : 237.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa kapuśniak 200 g (<u>SEL</u> , <u>S02</u>), makaron 150 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g, pieczony burak 50 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1761.94 kcal; Białko: 71.24 g; Węglowodany : 221.82 g; suma cukrów: 45.32 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.97 g; Błonnik: 19.54 g; : 6.5 g; : 201.28 g;

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), makaron 150 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	pieczony burak 30 g, herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1744.92 kcal; Białko: 74.24 g; Węglowodany : 218.6 g; suma cukrów: 38.62 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.73 g; Błonnik: 14.1 g; : 6.05 g; : 203.29 g;

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 15 g, serek granii 70 g (<u>MLE</u>), herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, piersz kurczka gotowana bez selera 100 g (<u>SEL</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: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1587.82 kcal; Białko: 82.97 g; Węglowodany : 186.33 g; suma cukrów: 48.29 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.93 g; Błonnik: 20.15 g; : 5.47 g; : 164.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 40 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 70 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL,</u>), makaron 150 g (<u>GLU,</u>), sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 150 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 60 g ,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1487.77 kcal; Białko: 61.97 g; Węglowodany : 178 g; suma cukrów: 32.93 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.59 g; Błonnik: 14.94 g; : 5.09 g; : 161.85 g;

piątek 2025-03-14		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 , sałata lodowa 15 g , serek granii 70 g (<u>MLE,</u>), herbata 150 g ,	kompot 200ml BC 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL,</u>), Makaron pełnoziarnisty 150 g , sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE, 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: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 90 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1582.4 kcal; Białko: 64.91 g; Węglowodany : 194.3 g; suma cukrów: 38.9 g; Tłuszcz: 61.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.52 g; Błonnik: 16.22 g; : 5.47 g; : 169.84 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 40 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor 30 g , sałata lodowa 15 g , serek granii 70 g (<u>MLE,</u>), herbata 150 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 100 g (<u>SEL,</u>), pieczone warzywa 100 g (<u>SEL,</u>), sos koperkowy 20 g (<u>GLU, MLE, 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: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1603.55 kcal; Białko: 86.5 g; Węglowodany : 174.12 g; suma cukrów: 38.8 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.74 g; Błonnik: 16.8 g; : 5.59 g; : 156.08 g;

piątek 2025-03-14		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 , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL,</u>), makaron 150 g (<u>GLU,</u>), sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE, 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: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1671.09 kcal; Białko: 57.97 g; Węglowodany : 234.32 g; suma cukrów: 58.76 g; Tłuszcz: 56.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.14 g; Błonnik: 16.68 g; : 4.95 g; : 217.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , pomidor 70 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , serek granii 70 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), makaron BG 150 g , sos szpinakowy z łososiem 100 g (<u>MLE, 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: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1635.09 kcal; Białko: 51.81 g; Węglowodany : 215 g; suma cukrów: 35.18 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.51 g; Błonnik: 15.1 g; : 5.97 g; : 198.73 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , szynka biała 50 g , pomidor 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 100 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 150 g , chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1583.65 kcal; Białko: 62.4 g; Węglowodany : 199.51 g; suma cukrów: 58.43 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.23 g; Błonnik: 18.91 g; : 5.54 g; : 180.45 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , pomidor 70 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 20 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	pieczony burak 30 g , herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , polędwica drobiowa 50 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1623.74 kcal; Białko: 81.13 g; Węglowodany : 203.21 g; suma cukrów: 65.92 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.02 g; Błonnik: 20.69 g; : 5.56 g; : 182.33 g;

piątek 2025-03-14		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 , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	surówka z kapusty modrej 100 g , kompot 200ml 150 g , zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , jajko sadzone 100 g (<u>JAJ</u>), 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 brzoskwiniowy 50 g , chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1719.69 kcal; Białko: 57.34 g; Węglowodany : 197.45 g; suma cukrów: 67.19 g; Tłuszcz: 92.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30 g; Błonnik: 19.72 g; : 3.7 g; : 176.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14 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, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa dyniowa bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g, piersz kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 100 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy BM/BG 30 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: jabłko 150 g,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1505.1 kcal; Białko: 72.56 g; Węglowodany : 172.43 g; suma cukrów: 42.93 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.05 g; Błonnik: 22.54 g; : 5.81 g; : 149.91 g;

piątek 2025-03-14 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, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa kapuśniak 150 g (<u>SEL</u> , <u>S02</u>), makaron 100 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 70 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 40 g, pieczony burak 30 g,
II Śniadanie: jabłko 150 g,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1288.74 kcal; Białko: 50.82 g; Węglowodany : 169.4 g; suma cukrów: 41.66 g; Tłuszcz: 47.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.11 g; Błonnik: 15.08 g; : 4.48 g; : 153.61 g;

piątek 2025-03-14 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, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL</u>), makaron 100 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 70 g (<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 60 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1320.03 kcal; Białko: 58.01 g; Węglowodany : 166.42 g; suma cukrów: 35.19 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.4 g; Błonnik: 10.33 g; : 4.61 g; : 155.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 10 g, serek granii 50 g (<u>MLE</u>), herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, piersz kurczka gotowana bez selera 60 g (<u>SEL</u>), pieczone warzywa 80 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: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1260.41 kcal; Białko: 63.28 g; Węglowodany : 148.42 g; suma cukrów: 40.82 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.37 g; Błonnik: 13.94 g; : 4.24 g; : 133.55 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
herbata 200 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), szynka biała 40 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, sałata lodowa 20 g, serek granii 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL</u>), makaron 100 g (<u>GLU</u>), sos szpinakowy z łososiem 70 g (<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 50 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1128.81 kcal; Białko: 49.88 g; Węglowodany : 135.39 g; suma cukrów: 33.14 g; Tłuszcz: 43.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.53 g; Błonnik: 11.7 g; : 4.09 g; : 122.77 g;

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 10 g, serek granii 50 g (<u>MLE</u>), herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 100 g, sos szpinakowy z łososiem 70 g (<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: gruszka 150 g,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1194.71 kcal; Białko: 50.75 g; Węglowodany : 147.15 g; suma cukrów: 35.89 g; Tłuszcz: 45.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.46 g; Błonnik: 11.96 g; : 4.26 g; : 128.08 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), szynka biała 40 g, masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 25 g, sałata lodowa 10 g, serek granii 50 g (<u>MLE</u>), herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 50 g, piersz kurczka gotowana bez selera 80 g (<u>SEL</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: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1231 kcal; Białko: 73.47 g; Węglowodany : 130.62 g; suma cukrów: 32.5 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.15 g; Błonnik: 11.04 g; : 4.66 g; : 118.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-14		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, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU,</u> <u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL,</u>), makaron 100 g (<u>GLU,</u>), sos szpinakowy z łososiem 70 g (<u>MLE,</u> <u>SEL,</u>),	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), pieczony burak 25 g, dżem brzoskwiniowy 50 g,
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1265.03 kcal; Białko: 46.59 g; Węglowodany : 178.38 g; suma cukrów: 54.39 g; Tłuszcz: 40.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.96 g; Błonnik: 11.92 g; : 3.77 g; : 166.27 g;

piątek 2025-03-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g, pomidor 50 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, serek granii 50 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa dyniowa bg/bm 100 g (<u>SEL,</u>), makaron BG 100 g, sos szpinakowy z łososiem 70 g (<u>MLE,</u> <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: jabłko 150 g,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1187.71 kcal; Białko: 37.49 g; Węglowodany : 160.91 g; suma cukrów: 31.48 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.99 g; Błonnik: 11.59 g; : 4.34 g; : 148.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 15 g (MLE), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g (MLE), szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , gotowany kalafior 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 50 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1923.41 kcal; Białko: 83.54 g; Węglowodany : 233.49 g; suma cukrów: 48.69 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.21 g; Błonnik: 23.52 g; : 7.4 g; : 209.97 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15 g (MLE), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE),	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15 g (MLE), 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: 1869.3 kcal; Białko: 92.77 g; Węglowodany : 259.75 g; suma cukrów: 45.72 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.99 g; Błonnik: 22.9 g; : 7.24 g; : 236.85 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 10 g (MLE), pomidor bs 50 g , szynka biała 70 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE),	kompot 200ml 200 g , ryż 250 g , piers z kurczaka gotowana 150 g (SEL), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 10 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 70 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1894.56 kcal; Białko: 102.16 g; Węglowodany : 274.18 g; suma cukrów: 46.02 g; Tłuszcz: 45.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.63 g; Błonnik: 23.64 g; : 7.42 g; : 250.54 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU), masło 15 g (MLE), ogórek zielony 100 g , ser żółty 60 g (MLE), sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU), herbata 200 g , masło 15 g (MLE), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), sałata lodowa 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
------------------------------------	-------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.11 kcal; Białko: 75.41 g; Węglowodany : 232.88 g; suma cukrów: 62.31 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.14 g; Błonnik: 28.77 g; : 6.97 g; : 204.12 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ryż brązowy 200 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), herbata 200 g , masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.04 kcal; Białko: 76.66 g; Węglowodany : 241.69 g; suma cukrów: 51.71 g; Tłuszcz: 86.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.87 g; Błonnik: 32.34 g; : 6.91 g; : 204.62 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), 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: 1409.6 kcal; Białko: 77.43 g; Węglowodany : 195.63 g; suma cukrów: 46.58 g; Tłuszcz: 37.4 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.6 g; Błonnik: 20.94 g; : 5.35 g; : 174.69 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,),
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1899.19 kcal; Białko: 92.18 g; Węglowodany : 278.55 g; suma cukrów: 46.12 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.1 g; Błonnik: 24.39 g; : 7.45 g; : 254.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), risotto z burakami 300 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1704.16 kcal; Białko: 46.6 g; Węglowodany : 222.4 g; suma cukrów: 41.67 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.23 g; Błonnik: 19.23 g; : 4.75 g; : 203.17 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1668.18 kcal; Białko: 79.89 g; Węglowodany : 210.04 g; suma cukrów: 32.15 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.91 g; Błonnik: 19.35 g; : 6.32 g; : 190.7 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (GLU, MLE,),	ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 250 g (SEL,), cukinia gotowana 250 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , margaryna 30 g ,	koktajl gruszkowy 400 g (MLE,), herbata 200 g ,
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.24 kcal; Białko: 109.25 g; Węglowodany : 241.42 g; suma cukrów: 124.48 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.3 g; Błonnik: 21.06 g; : 3.3 g; : 210.9 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g ,	koktajl gruszkowy 300 g (MLE,), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 742.89 kcal; Białko: 29.51 g; Węglowodany : 111.57 g; suma cukrów: 74.65 g; Tłuszcz: 22.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.73 g; Błonnik: 11.83 g; : 1.4 g; : 87.89 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g (MLE, _), sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , gotowany kalafior 150 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL, _),	chleb bezglutenowy 100 g , herbata 200 g , masło 15 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868.05 kcal; Białko: 62.57 g; Węglowodany : 250.71 g; suma cukrów: 37.1 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.43 g; Błonnik: 20.69 g; : 6.06 g; : 229.82 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL, _), ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), herbata 200 g , margaryna 20 g , szynka drobiowa z kurczaka 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL, _), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1613.97 kcal; Białko: 62.14 g; Węglowodany : 206.95 g; suma cukrów: 35.95 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.77 g; Błonnik: 19.51 g; : 6.51 g; : 187.44 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , masło 15 g (MLE, _), szynka biała 60 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE, _),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL, _), cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml BC 200 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL, _),	chleb pszenny 100 g (GLU, _), herbata 200 g , masło 15 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1671.75 kcal; Białko: 86.11 g; Węglowodany : 220.07 g; suma cukrów: 38.76 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.53 g; Błonnik: 21.85 g; : 6.8 g; : 198.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL</u>), risotto z burakami 350 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (<u>SEL</u>), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1906.93 kcal; Białko: 52.76 g; Węglowodany : 228.46 g; suma cukrów: 41.88 g; Tłuszcz: 88.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.26 g; Błonnik: 19 g; : 5.87 g; : 209.46 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 60 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 50 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 60 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1097.19 kcal; Białko: 53.95 g; Węglowodany : 153.26 g; suma cukrów: 33.1 g; Tłuszcz: 31.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.19 g; Błonnik: 15.22 g; : 3.74 g; : 138.03 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 120 g , cukinia gotowana 150 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 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: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1838.97 kcal; Białko: 54.86 g; Węglowodany : 244.05 g; suma cukrów: 33.99 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.93 g; Błonnik: 17.57 g; : 6.66 g; : 226.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczaka gotowana 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), 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: 1819.16 kcal; Białko: 90.66 g; Węglowodany : 269.5 g; suma cukrów: 45.62 g; Tłuszcz: 44.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.29 g; Błonnik: 24.74 g; : 6.82 g; : 244.76 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Podstawowa	
chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 20 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 30 g , ser żółty 40 g (MLE,), szynka biała 30 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 150 g , ryż 100 g , sharma drobiowa z sosem 100 g , gotowany kalafior 130 g ,	herbata 150 g , chleb baltonowski 20 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 30 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 30 g (SEL,), sałata lodowa 15 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1620.04 kcal; Białko: 66.44 g; Węglowodany : 202.09 g; suma cukrów: 44.44 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.26 g; Błonnik: 21.14 g; : 5.69 g; : 180.95 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
chleb pszenny 80 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pomidor bs 30 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 150 g , ryż 150 g , piers z kurczaka gotowana 100 g (SEL,), cukinia gotowana 130 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL,), zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,),	herbata 150 g , chleb pszenny 80 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), 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: 1589.46 kcal; Białko: 78.47 g; Węglowodany : 215.54 g; suma cukrów: 41.35 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.89 g; Błonnik: 19.13 g; : 5.9 g; : 196.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g, szynka biała 60 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, ryż 150 g, piers z kurczaka gotowana 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, sałata lodowa 15 g, pomidor bs 50 g,	
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1553.24 kcal; Białko: 84.61 g; Węglowodany : 218.35 g; suma cukrów: 43.2 g; Tłuszcz: 39.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.52 g; Błonnik: 20.04 g; : 6.03 g; : 198.31 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa	
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 30 g, ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 150 g, ryż brązowy 100 g, sharma drobiowa z sosem 100 g, surówka coleslaw 100 g,	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), herbata 150 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g (<u>SEL</u>), sałata lodowa 20 g,	
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: jabłko 100 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1556.72 kcal; Białko: 61.88 g; Węglowodany : 171.92 g; suma cukrów: 51.48 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.76 g; Błonnik: 20.8 g; : 5.45 g; : 151.13 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów	
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g, szynka biała 60 g, sałata lodowa 20 g, herbata 150 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml BC 150 g, zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 150 g, sharma drobiowa z sosem 100 g, surówka coleslaw 130 g,	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), herbata 150 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 60 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (<u>SEL</u>), sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: gruszka 150 g,	Podwieczorek: jabłko 100 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), słonecznik 10 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1754.82 kcal; Białko: 70.49 g; Węglowodany : 200.62 g; suma cukrów: 53.3 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.6 g; Błonnik: 25.25 g; : 6.2 g; : 170.63 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 40 g, szynka biała 40 g, sałata lodowa 15 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), herbata 150 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g, piers z kurczaka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 130 g, sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka drobiowa z kurczaka 40 g, sałata lodowa 15 g, pomidor 30 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 15 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1590.72 kcal; Białko: 74.03 g; Węglowodany : 233.82 g; suma cukrów: 41.95 g; Tłuszcz: 41.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.71 g; Błonnik: 20.17 g; : 5.58 g; : 213.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		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 lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 150 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 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: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1609.82 kcal; Białko: 41.52 g; Węglowodany : 200.62 g; suma cukrów: 40.08 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.27 g; Błonnik: 17.31 g; : 4.4 g; : 183.31 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 15 g , herbata 150 g ,	kompot 200ml 150 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 100 g , gotowany kalafior 150 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 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: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1635.15 kcal; Białko: 55.03 g; Węglowodany : 214.8 g; suma cukrów: 34.63 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.65 g; Błonnik: 18.2 g; : 5.29 g; : 196.44 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g , margaryna 15 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 15 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 150 g , ryż 150 g , sharma drobiowa z sosem 110 g , cukinia gotowana 140 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 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: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1727.61 kcal; Białko: 59.34 g; Węglowodany : 228.04 g; suma cukrów: 40.61 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.12 g; Błonnik: 16.17 g; : 6.32 g; : 211.72 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 20 g , herbata 150 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u> ,), ryż 150 g , piers z kurczaka gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), cukinia gotowana 140 g , sos biały 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u> ,), masło 10 g (<u>MLE</u> ,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1571.23 kcal; Białko: 79.94 g; Węglowodany : 228.04 g; suma cukrów: 44.71 g; Tłuszcz: 39.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.49 g; Błonnik: 20.94 g; : 5.92 g; : 207.11 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g, ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 150 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	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 15 g (<u>MLE</u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 60 g (<u>SEL</u>), sałata lodowa 20 g,	
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1654.19 kcal; Białko: 44.69 g; Węglowodany : 207.35 g; suma cukrów: 39.94 g; Tłuszcz: 73.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.39 g; Błonnik: 17.73 g; : 4.63 g; : 189.63 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 20 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 200 g, zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ryż 150 g, sharma drobiowa z sosem 110 g, cukinia gotowana 140 g,	chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), herbata 150 g, margaryna 15 g, szynka drobiowa z kurczaka 50 g, pasta z ciecierzycy z pomidorami 40 g (<u>SEL</u>), sałata lodowa 20 g,	
II Śniadanie: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1429.48 kcal; Białko: 55.47 g; Węglowodany : 194.42 g; suma cukrów: 34.94 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 10.23 g; Błonnik: 18.62 g; : 5.67 g; : 175.8 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 150 g, ryż 100 g, sharma drobiowa z sosem 60 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: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1202.31 kcal; Białko: 44.45 g; Węglowodany : 156.86 g; suma cukrów: 37.45 g; Tłuszcz: 45.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.43 g; Błonnik: 14.34 g; : 3.73 g; : 142.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, ryż 100 g, piers z kurczaka gotowana 60 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), zupa warzywna z koperkiem bm/bg 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: 1136.18 kcal; Białko: 56.85 g; Węglowodany : 150.31 g; suma cukrów: 26.94 g; Tłuszcz: 35.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.39 g; Błonnik: 12.76 g; : 4.49 g; : 137.55 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, ryż 100 g, piers z kurczaka gotowana 75 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 75 g, sos biały 25 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), zupa warzywna z koperkiem bm/bg 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,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1135.65 kcal; Białko: 57.66 g; Węglowodany : 151.31 g; suma cukrów: 27.56 g; Tłuszcz: 34.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.15 g; Błonnik: 13.11 g; : 4.17 g; : 138.21 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 100 g, ryż brązowy 100 g, sharma drobiowa z sosem 60 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: banan 120 g,	Podwieczorek: jabłko 75 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1129.4 kcal; Białko: 40.63 g; Węglowodany : 139.23 g; suma cukrów: 43.01 g; Tłuszcz: 47.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.01 g; Błonnik: 15.96 g; : 3.4 g; : 123.28 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa jesienna z buraczkami bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), ryż brązowy 100 g, sharma drobiowa z sosem 60 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: gruszka 150 g,	Podwieczorek: jabłko 75 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1073.68 kcal; Białko: 39.82 g; Węglowodany : 131.96 g; suma cukrów: 35.51 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.06 g; Błonnik: 16.62 g; : 3.8 g; : 110.6 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-15		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 lodowa 20 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU</u>), herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g (<u>SEL</u>), ryż 100 g, piers z kurczaka gotowana 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,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1184.46 kcal; Białko: 55.17 g; Węglowodany : 165.95 g; suma cukrów: 26.62 g; Tłuszcz: 34.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.17 g; Błonnik: 13.53 g; : 4.39 g; : 152.42 g;

sobota 2025-03-15		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 lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa warzywna z koperkiem bm/bg 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: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1130.59 kcal; Białko: 32.38 g; Węglowodany : 144.73 g; suma cukrów: 33.82 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.8 g; Błonnik: 12.47 g; : 3.16 g; : 132.28 g;

sobota 2025-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 60 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g, ser żółty 40 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, ryż 100 g, sharma drobiowa z sosem 60 g, gotowany kalafior 50 g, zupa warzywna z koperkiem bm/bg 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: banan 120 g,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1165.9 kcal; Białko: 36.43 g; Węglowodany : 152.09 g; suma cukrów: 25.33 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.15 g; Błonnik: 11.23 g; : 3.6 g; : 140.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Specjalistyczny Zespół Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , surówka coleslaw 150 g , kasza bulgur 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Sniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.24 kcal; Białko: 107.54 g; Węglowodany : 271.86 g; suma cukrów: 64.88 g; Tłuszcz: 75.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.31 g; Błonnik: 34.67 g; : 8.32 g; : 232.47 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 150 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 60 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
II Sniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2251.22 kcal; Białko: 105.75 g; Węglowodany : 270.71 g; suma cukrów: 64.03 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.07 g; Błonnik: 21.57 g; : 7.4 g; : 244.4 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
II Sniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357.31 kcal; Białko: 114.78 g; Węglowodany : 286.67 g; suma cukrów: 65.47 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.47 g; Błonnik: 22.23 g; : 7.65 g; : 259.69 g;

niedziela 2025-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 200 g , surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	
-------------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1978.86 kcal; Białko: 94.84 g; Węglowodany : 235.19 g; suma cukrów: 44.96 g; Tłuszcz: 75.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.56 g; Błonnik: 26.69 g; : 7.94 g; : 208.52 g;

niedziela 2025-03-16	Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
-----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 200 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 200 g , surówka coleslaw 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,
---	--	---

II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 30 g ,
-------------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.64 kcal; Białko: 119.79 g; Węglowodany : 250.13 g; suma cukrów: 49.33 g; Tłuszcz: 101.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 40.77 g; Błonnik: 28.11 g; : 7.69 g; : 217.3 g;

niedziela 2025-03-16	Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
-----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 150 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
---	---	--

II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.68 kcal; Białko: 102.58 g; Węglowodany : 202.89 g; suma cukrów: 48.92 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.86 g; Błonnik: 19.65 g; : 6.32 g; : 178.5 g;

niedziela 2025-03-16	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa	
-----------------------------	--	--

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 150 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,
---	---	--

II Śniadanie: koktajl bananowy 200 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.57 kcal; Białko: 123.71 g; Węglowodany : 266.68 g; suma cukrów: 62.77 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.72 g; Błonnik: 18.96 g; : 8.62 g; : 242.96 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,_) , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,_) , masło 15 g (<u>MLE</u> ,_) , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u> ,) , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) , kotlety warzywne z brokułami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,_) , kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,_) , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,_) , masło 15 g (<u>MLE</u> ,_) , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> ,_) , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,_) ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.06 kcal; Białko: 62.64 g; Węglowodany : 294.7 g; suma cukrów: 56.25 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.66 g; Błonnik: 25.59 g; : 4.18 g; : 264.36 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,_) , margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) , konfitowany schab 120 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u> ,) , dynia pieczona 150 g , kasza jaglana 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,_) , margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.11 kcal; Białko: 96.91 g; Węglowodany : 256.08 g; suma cukrów: 28.62 g; Tłuszcz: 91.25 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.3 g; Błonnik: 19.88 g; : 8.24 g; : 236.19 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,_) ,	zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,_) , konfitowany schab 250 g , kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , dynia pieczona 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,_) ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1877.01 kcal; Białko: 115.99 g; Węglowodany : 179.8 g; suma cukrów: 77.14 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.24 g; Błonnik: 18.6 g; : 6.3 g; : 156.45 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (<u>MLE</u> ,_) , jogurt naturalny 200g 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: 849.77 kcal; Białko: 31 g; Węglowodany : 144.54 g; suma cukrów: 98.15 g; Tłuszcz: 18.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 8.23 g; Błonnik: 10.55 g; : 1.28 g; : 129.27 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,_) ,	herbata 200 g ,	

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 250 g (<u>SEL</u>), konfitowany schab 120 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 70 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.14 kcal; Białko: 91.35 g; Węglowodany : 270.47 g; suma cukrów: 51.34 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.14 g; Błonnik: 18.48 g; : 8.52 g; : 247.05 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL</u>), konfitowany schab 120 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.74 kcal; Białko: 92.61 g; Węglowodany : 248.48 g; suma cukrów: 57.75 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.08 g; Błonnik: 24 g; : 7.9 g; : 224.48 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL</u>), konfitowany schab 120 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.29 kcal; Białko: 94.9 g; Węglowodany : 243.35 g; suma cukrów: 23.42 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.54 g; Błonnik: 22.35 g; : 8.03 g; : 220.99 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL</u>), kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU, JAJ</u>), kasza jaglana 200 g , surówka coleslaw 150 g	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.62 kcal; Białko: 74.51 g; Węglowodany : 289.96 g; suma cukrów: 68.72 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.43 g; Błonnik: 25.02 g; : 4.6 g; : 260.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL</u>), konfitowany schab 60 g , ziemniaki gotowane 100 g , dynia pieczona 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 40 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 50 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1248.65 kcal; Białko: 62.48 g; Węglowodany : 164.4 g; suma cukrów: 49.22 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.09 g; Błonnik: 12.29 g; : 4.83 g; : 147.37 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 250 g (<u>SEL</u>), konfitowany schab 120 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 70 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.23 kcal; Białko: 86.5 g; Węglowodany : 272.85 g; suma cukrów: 57.04 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.2 g; Błonnik: 21.54 g; : 8.54 g; : 251.09 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 200 g , dynia pieczona 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.91 kcal; Białko: 114.74 g; Węglowodany : 286.63 g; suma cukrów: 65.44 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.73 g; Błonnik: 22.23 g; : 7.65 g; : 259.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		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, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, surówka coleslaw 100 g, kasza bulgur 150 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, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1791.62 kcal; Białko: 84.23 g; Węglowodany : 227.53 g; suma cukrów: 54.64 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.86 g; Błonnik: 27.8 g; : 6.58 g; : 195 g;

niedziela 2025-03-16		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, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 100 g,	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 70 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1916.31 kcal; Białko: 86.97 g; Węglowodany : 230.82 g; suma cukrów: 54.78 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.82 g; Błonnik: 17.33 g; : 5.78 g; : 208.74 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, dżem brzoskwinowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 150 g,	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 70 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.76 kcal; Białko: 87.31 g; Węglowodany : 233.19 g; suma cukrów: 56.04 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.11 g; Błonnik: 18.21 g; : 5.88 g; : 210.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 40 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 150 g, surówka coleslaw 150 g,	herbata 150 g, chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 50 g, pomidor 40 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 140 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1509.05 kcal; Białko: 69.61 g; Węglowodany : 178.57 g; suma cukrów: 40.2 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.44 g; Błonnik: 21.13 g; : 5.94 g; : 157.45 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczenie łatwo przyswajalnych węglowodanów
chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g, ogórek zielony 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml BC 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 40 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 150 g, surówka coleslaw 150 g,	herbata 150 g, chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 70 g (<u>MLE,</u>), pomidor 40 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 140 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), słonecznik 5 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1726.95 kcal; Białko: 83.34 g; Węglowodany : 191.34 g; suma cukrów: 44.66 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.11 g; Błonnik: 21.43 g; : 5.62 g; : 165.18 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, ser twarogowy 40 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 200 g, dynia pieczona 150 g,	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 40 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 15 g, szynka konserwowa 40 g,
II Śniadanie: koktajl bananowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.28 kcal; Białko: 101.01 g; Węglowodany : 241.05 g; suma cukrów: 52.05 g; Tłuszcz: 75.76 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.64 g; Błonnik: 16.58 g; : 6.96 g; : 219.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		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 (<u>JAJ</u>), ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kotlety warzywne z brokułami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kasza jaglana 100 g, dynia pieczona 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>), ser twarogowy 40 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1781.65 kcal; Białko: 60.9 g; Węglowodany : 255.98 g; suma cukrów: 55.5 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.97 g; Błonnik: 21.7 g; : 3.85 g; : 229.55 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa	
chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem BG 200 g (<u>SEL</u>), konfitowany schab 80 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 150 g,	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 50 g, sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1799.84 kcal; Białko: 66.38 g; Węglowodany : 217.21 g; suma cukrów: 43.44 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.79 g; Błonnik: 15.2 g; : 6.31 g; : 197.1 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa bezmleczna	
chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem BG 200 g (<u>SEL</u>), konfitowany schab 80 g, sos potrawkowy BM/BG 40 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 150 g,	herbata 150 g, chleb bezglutenowy 80 g, margaryna 15 g, szynka konserwowa 50 g, sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1729.06 kcal; Białko: 61.15 g; Węglowodany : 217.94 g; suma cukrów: 47.84 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.38 g; Błonnik: 17.46 g; : 6.26 g; : 200.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	
chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 50 g, pomidor bs 40 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), konfitowany schab 80 g, kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 200 g,	herbata 150 g, chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 70 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.81 kcal; Białko: 87.69 g; Węglowodany : 231.84 g; suma cukrów: 53.87 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.86 g; Błonnik: 19.01 g; : 5.98 g; : 208.06 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska	
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL</u>), kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), kasza jaglana 100 g, surówka coleslaw 150 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 70 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1758.34 kcal; Białko: 63.37 g; Węglowodany : 240.3 g; suma cukrów: 60.09 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.44 g; Błonnik: 22.13 g; : 4.13 g; : 213.45 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, schab wiśniowy 50 g, ogórek zielony 40 g, dżem brzoskwiniowy 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 150 g,	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), konfitowany schab 80 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>), kasza jaglana 150 g, dynia pieczona 100 g,	herbata 150 g, chleb baltonowski 20 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, szynka konserwowa 50 g, sałata lodowa 15 g,	
II Śniadanie: jabłko 130 g,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1587.53 kcal; Białko: 70.11 g; Węglowodany : 206.1 g; suma cukrów: 48.39 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.53 g; Błonnik: 20.36 g; : 6.18 g; : 185.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Podstawowa
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 25 g, dżem brzoskwinowy 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 20 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 60 g, surówka coleslaw 100 g, kasza bulgur 100 g,	herbata 100 g, chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 40 g, sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1370.3 kcal; Białko: 63.88 g; Węglowodany : 164.4 g; suma cukrów: 40.97 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.95 g; Błonnik: 19.32 g; : 4.88 g; : 140.34 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna
chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 40 g, pomidor bs 30 g, dżem brzoskwinowy 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 60 g, kasza jaglana 100 g, dynia pieczona 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1398.91 kcal; Białko: 67.16 g; Węglowodany : 166.89 g; suma cukrów: 39.42 g; Tłuszcz: 52.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.07 g; Błonnik: 11.56 g; : 4.37 g; : 150.6 g;

niedziela 2025-03-16		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 brzoskwinowy 25 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 25 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), konfitowany schab 60 g, kasza jaglana 50 g, dynia pieczona 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: jabłko pieczone 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1316.76 kcal; Białko: 64.98 g; Węglowodany : 152.3 g; suma cukrów: 39.24 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.81 g; Błonnik: 10.83 g; : 4.32 g; : 136.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g, ogórek zielony 40 g, sałata lodowa 15 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 150 g (<u>GLU, SEL</u>), sos potrawkowy 20 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), konfitowany schab 60 g, kasza jaglana 50 g, surówka coleslaw 100 g,	herbata 100 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 40 g, pomidor 40 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 979.55 kcal; Białko: 50.11 g; Węglowodany : 112.03 g; suma cukrów: 29.2 g; Tłuszcz: 38.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.62 g; Błonnik: 14.48 g; : 4.35 g; : 97.55 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
herbata 200 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 30 g, sałata lodowa 20 g,	kompot 200ml BC 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL</u>), sos potrawkowy 20 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), konfitowany schab 60 g, kasza jaglana 50 g, surówka coleslaw 100 g,	herbata 200 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczerek: pomarańczko 200 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1108.34 kcal; Białko: 55.88 g; Węglowodany : 120.26 g; suma cukrów: 33.96 g; Tłuszcz: 46.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.84 g; Błonnik: 14.23 g; : 3.71 g; : 101.3 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 20 g, pomidor bs 30 g, ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 10 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL</u>), sos potrawkowy 20 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), konfitowany schab 60 g, kasza jaglana 50 g, dynia pieczona 50 g,	herbata 100 g, chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 10 g, szynka konserwowa 20 g,
II Śniadanie: koktajl bananowy 50 g (<u>MLE</u>),	Podwieczerek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1288.51 kcal; Białko: 66.57 g; Węglowodany : 142.21 g; suma cukrów: 31.4 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.18 g; Błonnik: 9.41 g; : 4.42 g; : 128.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna
chleb baltonowski 15 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ogórek zielony 30 g, dżem brzoskwiniowy 60 g, sałata lodowa 20 g, herbata 100 g, zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 150 g, zupa rosół z makaronem 150 g (<u>GLU, SEL,</u>), kotlety warzywne z brokułami 50 g (<u>GLU, JAJ,</u>), kasza jaglana 50 g, dynia pieczona 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>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 10 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1192.68 kcal; Białko: 35.89 g; Węglowodany : 178.54 g; suma cukrów: 53.86 g; Tłuszcz: 39.03 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.92 g; Błonnik: 13.72 g; : 2.4 g; : 160.08 g;

niedziela 2025-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 30 g, ogórek zielony 30 g, dżem brzoskwiniowy 30 g, sałata lodowa 10 g, herbata 100 g,	kompot 200ml 100 g, zupa rosół z makaronem BG 150 g (<u>SEL,</u>), konfitowany schab 60 g, sos potrawkowy BM/BG 30 g (<u>SEL,</u>), kasza jaglana 50 g, dynia pieczona 50 g,	herbata 100 g, chleb bezglutenowy 60 g, masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 40 g, sałata lodowa 15 g,
II Śniadanie: jabłko 75 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1182.89 kcal; Białko: 46.89 g; Węglowodany : 142.67 g; suma cukrów: 29.9 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.06 g; Błonnik: 9.05 g; : 4.55 g; : 128.77 g;