

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), jajecznica na parze 80 g (JAJ, _), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , masło 15 g (MLE, _), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pomidorowa z ryżem 250 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 50 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	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 Sniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _), Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1974.92 kcal; Białko: 76.97 g; Węglowodany : 233.13 g; suma cukrów: 70.94 g; Tłuszcz: 94.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.29 g; Błonnik: 21.76 g; : 5.89 g; : 204.16 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _), chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , jajecznica na parze 60 g (JAJ, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE, _), serek waniliowy (obiad) 100 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 Sniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE, _), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE, _),	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.59 kcal; Białko: 100.74 g; Węglowodany : 224.44 g; suma cukrów: 58.14 g; Tłuszcz: 96.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.24 g; Błonnik: 18.52 g; : 7.44 g; : 190.39 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , salata masłowa 20 g , jajecznica na parze 60 g (JAJ, _), zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL, _), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Sniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE, _), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE, _),	Podwieczerek: panacotta 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1806.17 kcal; Białko: 120.79 g; Węglowodany : 251.09 g; suma cukrów: 52.06 g; Tłuszcz: 44.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.03 g; Błonnik: 22.29 g; : 7.87 g; : 213.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1464.23 kcal; Białko: 66.4 g; Węglowodany : 177.4 g; suma cukrów: 55.48 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.41 g; Błonnik: 26.91 g; : 5.62 g; : 145.79 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	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: 1920.65 kcal; Białko: 89.6 g; Węglowodany : 221 g; suma cukrów: 84.92 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.07 g; Błonnik: 23.44 g; : 5.64 g; : 188.12 g;

poniedziałek 2025-09-29 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 zielony 50 g , salata masłowa 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 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1398.88 kcal; Białko: 63.23 g; Węglowodany : 170.04 g; suma cukrów: 40.24 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.73 g; Błonnik: 21.1 g; : 4.93 g; : 137.03 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 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, JAJ, MLE,</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1856.04 kcal; Białko: 94.25 g; Węglowodany : 215.65 g; suma cukrów: 45.69 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.61 g; Błonnik: 19.29 g; : 7.17 g; : 184.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), dżem brzoskwiniowy 50 g , masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1579.29 kcal; Białko: 41.38 g; Węglowodany : 216.06 g; suma cukrów: 79.23 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.94 g; Błonnik: 26 g; : 4.34 g; : 190.08 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1764.74 kcal; Białko: 69.24 g; Węglowodany : 227.28 g; suma cukrów: 35.93 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.88 g; Błonnik: 23.83 g; : 6.41 g; : 203.46 g;

poniedziałek 2025-09-29 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 2025-09-29 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 , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 499.9 kcal; Białko: 19.22 g; Węglowodany : 80.27 g; suma cukrów: 56.15 g; Tłuszcz: 13.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.32 g; Błonnik: 9.25 g; : .89 g; : 66.29 g;

poniedziałek 2025-09-29 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 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , jajecznica na parze 80 g (JAJ,), szynka drobiowa z kurczaka 20 g , masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1992.63 kcal; Białko: 91.31 g; Węglowodany : 243.35 g; suma cukrów: 48.72 g; Tłuszcz: 89.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.47 g; Błonnik: 20.99 g; : 6.67 g; : 217.45 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , salata masłowa 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 70 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (JAJ,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1615.07 kcal; Białko: 71.82 g; Węglowodany : 204.53 g; suma cukrów: 38.31 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.78 g; Błonnik: 27.15 g; : 5.99 g; : 177.41 g;

poniedziałek 2025-09-29 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 100 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: 1757.15 kcal; Białko: 68.78 g; Węglowodany : 225.75 g; suma cukrów: 35.21 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.87 g; Błonnik: 23.45 g; : 6.4 g; : 202.31 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajecznica na parze 80 g (JAJ,), masło 15 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 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 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser żółty 80 g (MLE,),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.95 kcal; Białko: 82.48 g; Węglowodany : 237.81 g; suma cukrów: 93.22 g; Tłuszcz: 99.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.71 g; Błonnik: 19.35 g; : 6.18 g; : 201.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29 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 masłowa 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 15 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>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1289.2 kcal; Białko: 53.97 g; Węglowodany : 158.88 g; suma cukrów: 42.45 g; Tłuszcz: 49.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.08 g; Błonnik: 11.28 g; : 3.81 g; : 135.67 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , szynka drobiowa z kurczaka 80 g , margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 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 100 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 60 g , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1862.65 kcal; Białko: 67.86 g; Węglowodany : 241.63 g; suma cukrów: 36.35 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.2 g; Błonnik: 25.21 g; : 6.51 g; : 216.25 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka drobiowa z kurczaka 80 g , sałata masłowa 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 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1851 kcal; Białko: 81.68 g; Węglowodany : 208.2 g; suma cukrów: 53.72 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.14 g; Błonnik: 18.4 g; : 6.52 g; : 177.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , 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>), salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE, _</u>), zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ryż brązowy 150 g , gulasz mięsny po chińsku 120 g , fasolka szparagowa gotowana 150 g ,	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: pomarańczo 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek pomarańczowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.47 kcal; Białko: 71.7 g; Węglowodany : 256.74 g; suma cukrów: 46.21 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.88 g; Błonnik: 27.51 g; : 5.3 g; : 213.92 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 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 ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317 kcal; Białko: 76.29 g; Węglowodany : 292.98 g; suma cukrów: 63.6 g; Tłuszcz: 97.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.57 g; Błonnik: 25.84 g; : 6.24 g; : 267.14 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 10 g (<u>MLE, _</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE, _</u>), pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 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 ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.93 kcal; Białko: 73.2 g; Węglowodany : 295.18 g; suma cukrów: 65.09 g; Tłuszcz: 87.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.83 g; Błonnik: 26.5 g; : 5.86 g; : 268.68 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), ser twarogowy 50 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , zupa mleczna z platkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biala 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,), soczek jablkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1980.2 kcal; Białko: 75.73 g; Węglowodany : 213.02 g; suma cukrów: 51.14 g; Tłuszcz: 94.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.62 g; Błonnik: 21.76 g; : 5.51 g; : 191.05 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
wtorek 2025-09-30		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata maslowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biala 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: 2198.04 kcal; Białko: 82.54 g; Węglowodany : 232.43 g; suma cukrów: 42.37 g; Tłuszcz: 113.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.25 g; Błonnik: 26.99 g; : 5.52 g; : 200.69 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
wtorek 2025-09-30		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata maslowa 20 g , zupa mleczna z platkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 100 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 25 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biala 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jablko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,), soczek jablkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972.28 kcal; Białko: 74.12 g; Węglowodany : 229.18 g; suma cukrów: 52.39 g; Tłuszcz: 92.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.76 g; Błonnik: 23.09 g; : 5.31 g; : 205.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), ser twarogowy 100 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (MLE,), soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.84 kcal; Białko: 100.72 g; Węglowodany : 269.04 g; suma cukrów: 54.95 g; Tłuszcz: 105.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 41.2 g; Błonnik: 23.74 g; : 7.66 g; : 245.1 g;

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), ser twarogowy 50 g (MLE,), masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pomidor bs 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2020.4 kcal; Białko: 62.41 g; Węglowodany : 317.73 g; suma cukrów: 81.5 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.07 g; Błonnik: 25.56 g; : 5.18 g; : 292.17 g;

wtorek 2025-09-30		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 ziemniaczana BM 350 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 30 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.99 kcal; Białko: 100.92 g; Węglowodany : 232.79 g; suma cukrów: 28.21 g; Tłuszcz: 97.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.65 g; Błonnik: 17.95 g; : 7.5 g; : 214.84 g;

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (GLU, MLE,),	zupa ziemniaczana 400 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , schab gotowany II danie bez selera 250 g (SEL,), cukinia gotowana 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 400 g ,	
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884.38 kcal; Białko: 114.28 g; Węglowodany : 238.19 g; suma cukrów: 128.69 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.03 g; Błonnik: 19.07 g; : 2.87 g; : 219.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-30 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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 514.6 kcal; Białko: 19.38 g; Węglowodany : 68.49 g; suma cukrów: 42.56 g; Tłuszcz: 19.19 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 9.64 g; Błonnik: 3.98 g; : .93 g; : 59.79 g;

wtorek 2025-09-30 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. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), ser twarogowy 50 g (MLE, _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , salata masłowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL, _), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe BG 120 g (JAJ, SEL, _), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), szynka biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.76 kcal; Białko: 73.84 g; Węglowodany : 280.44 g; suma cukrów: 41.1 g; Tłuszcz: 105.3 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.22 g; Błonnik: 21.38 g; : 6.05 g; : 258.86 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
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 , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (SEL, _), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL, _), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 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 , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.43 kcal; Białko: 76.8 g; Węglowodany : 244.21 g; suma cukrów: 36.78 g; Tłuszcz: 113.02 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.38 g; Błonnik: 24.81 g; : 6.74 g; : 219.4 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL,</u>), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 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: 2184.18 kcal; Białko: 83.49 g; Węglowodany : 305.31 g; suma cukrów: 31.67 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.78 g; Błonnik: 21.18 g; : 6.78 g; : 276.93 g;

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb razowy 70 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 , salata masłowa 20 g , ketchup 30 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), papryka faszerowana 300 g (<u>MLE,</u>), sos tzatziki 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 ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2051.59 kcal; Białko: 66.35 g; Węglowodany : 217.69 g; suma cukrów: 52.57 g; Tłuszcz: 109.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 48.19 g; Błonnik: 23.05 g; : 7.75 g; : 193.45 g;

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), salata masłowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie bez selera 60 g (<u>SEL,</u>), fasolka szparagowa gotowana 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 ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1326.96 kcal; Białko: 64.79 g; Węglowodany : 162.47 g; suma cukrów: 40.11 g; Tłuszcz: 48.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.57 g; Błonnik: 16.1 g; : 3.84 g; : 146.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 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>), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe BG 120 g (<u>JAJ, SEL, _</u>), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 30 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2591.32 kcal; Białko: 69.52 g; Węglowodany : 296.94 g; suma cukrów: 35.21 g; Tłuszcz: 127.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.83 g; Błonnik: 22.73 g; : 7.13 g; : 273.97 g;

wtorek 2025-09-30		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), fasolka szparagowa gotowana 150 g , sos biały 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 ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.33 kcal; Białko: 78.06 g; Węglowodany : 287.78 g; suma cukrów: 45.3 g; Tłuszcz: 106.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.68 g; Błonnik: 26.4 g; : 6.42 g; : 261.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z kulkami czekoladowymi bg 150 g (MLE,), chleb razowy 70 g (GLU,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), pierogi z mięsem 250 g (GLU, JAJ,), salata lodowa ze śmietaną 100 g (MLE,),	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: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1871.33 kcal; Białko: 64.16 g; Węglowodany : 203.36 g; suma cukrów: 88.76 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.5 g; Błonnik: 19.55 g; : 5.29 g; : 183.8 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka wieprzowa 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.82 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 243.31 g; suma cukrów: 62.38 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.05 g; Błonnik: 21.44 g; : 7.04 g; : 221.87 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , salata masłowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL,), gotowany burak 200 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1842.25 kcal; Białko: 96.45 g; Węglowodany : 280.04 g; suma cukrów: 89.96 g; Tłuszcz: 39.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.21 g; Błonnik: 24.25 g; : 7.53 g; : 255.8 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE,</u>	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1714.25 kcal; Białko: 85.69 g; Węglowodany : 201.38 g; suma cukrów: 59.76 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.77 g; Błonnik: 22.13 g; : 5.78 g; : 174.52 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
środa 2025-10-01		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1669.59 kcal; Białko: 75.76 g; Węglowodany : 196.83 g; suma cukrów: 43.55 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.87 g; Błonnik: 24.6 g; : 5.9 g; : 162.76 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
środa 2025-10-01		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1749.9 kcal; Białko: 83.2 g; Węglowodany : 197.99 g; suma cukrów: 45.83 g; Tłuszcz: 71.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.75 g; Błonnik: 20.62 g; : 6.5 g; : 177.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , dżem brzoskwinowy 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.8 kcal; Białko: 107.41 g; Węglowodany : 243.52 g; suma cukrów: 58.17 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.59 g; Błonnik: 19.1 g; : 8.45 g; : 219.69 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.51 kcal; Białko: 72.22 g; Węglowodany : 264.97 g; suma cukrów: 100.13 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.66 g; Błonnik: 23.26 g; : 5.43 g; : 241.71 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: 1832.04 kcal; Białko: 76.84 g; Węglowodany : 210.23 g; suma cukrów: 27.9 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.98 g; Błonnik: 18.04 g; : 6.79 g; : 192.19 g;

środa 2025-10-01 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 250 g , gotowane udko bez selera 200 g , pieczony burak 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus jabłkowy 300 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 400 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1758.6 kcal; Białko: 73.15 g; Węglowodany : 192.06 g; suma cukrów: 98.95 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.26 g; Błonnik: 21.92 g; : 2.72 g; : 170.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-01 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 ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 400.85 kcal; Białko: 18 g; Węglowodany : 56.65 g; suma cukrów: 42.7 g; Tłuszcz: 12.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.27 g; Błonnik: 3.94 g; : .83 g; : 47.99 g;

środa 2025-10-01 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. tłu. nas. ogółem: .27 g; Błonnik: 3.77 g; : .56 g; : 35.47 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1842.7 kcal; Białko: 74.34 g; Węglowodany : 209.17 g; suma cukrów: 39.7 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.77 g; Błonnik: 17.12 g; : 6.35 g; : 191.86 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1715.89 kcal; Białko: 73.78 g; Węglowodany : 194.53 g; suma cukrów: 42.27 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.66 g; Błonnik: 23.45 g; : 6.8 g; : 171.08 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2120.43 kcal; Białko: 82.24 g; Węglowodany : 254.44 g; suma cukrów: 41.9 g; Tłuszcz: 99.83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.83 g; Błonnik: 20.43 g; : 7.22 g; : 234.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), pierogi leniwe 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo waniliowy 50 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1714.62 kcal; Białko: 29.85 g; Węglowodany : 249.99 g; suma cukrów: 111.5 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.94 g; Błonnik: 19.88 g; : 3.62 g; : 224.2 g;

środa 2025-10-01 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 masłowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 60 g , pieczony burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1252.37 kcal; Białko: 57.29 g; Węglowodany : 166.87 g; suma cukrów: 55.47 g; Tłuszcz: 40.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.61 g; Błonnik: 13.94 g; : 4.02 g; : 152.92 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
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>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 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: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.66 kcal; Białko: 64.48 g; Węglowodany : 251.49 g; suma cukrów: 73.73 g; Tłuszcz: 84.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.76 g; Błonnik: 20.09 g; : 6.94 g; : 231.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-01		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli
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 masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , pieczony burak 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180.74 kcal; Białko: 97.73 g; Węglowodany : 283.95 g; suma cukrów: 98.87 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.96 g; Błonnik: 22.9 g; : 7.9 g; : 261.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), schab wiśniowy 60 g , ser topiony 35 g (MLE, _), masło 15 g (MLE, _), marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE, _), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (MLE, SEL, _), kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (MLE, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g ,
II Sniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1954.42 kcal; Białko: 78.84 g; Węglowodany : 192.51 g; suma cukrów: 54.64 g; Tłuszcz: 98.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.73 g; Błonnik: 19.73 g; : 8.9 g; : 172.79 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 50 g (MLE, _), marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (MLE, SEL, _), kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (MLE, _),	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), szynka gotowana 80 g ,
II Sniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.35 kcal; Białko: 87.61 g; Węglowodany : 210.77 g; suma cukrów: 54.17 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.67 g; Błonnik: 18.79 g; : 8.97 g; : 191.99 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), schab wiśniowy 80 g , marchewka juniorka pieczona 100 g , sałata masłowa 20 g , ser twarogowy 100 g (MLE, _), zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (MLE, SEL, _), kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (MLE, _),	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g ,
II Sniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.53 kcal; Białko: 100.17 g; Węglowodany : 240.45 g; suma cukrów: 58.73 g; Tłuszcz: 95.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.92 g; Błonnik: 22.36 g; : 9.88 g; : 218.1 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchewki tarta 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.08 kcal; Białko: 100.64 g; Węglowodany : 270.83 g; suma cukrów: 72.71 g; Tłuszcz: 74.9 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.12 g; Błonnik: 32.39 g; : 8.47 g; : 238.43 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
czwartek 2025-10-02		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), marchewka juniorka pieczona 100 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchewki tarta 150 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 ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), pestki dyni 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1958.16 kcal; Białko: 86.54 g; Węglowodany : 222.53 g; suma cukrów: 72.58 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.15 g; Błonnik: 30.68 g; : 7.84 g; : 187.11 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
czwartek 2025-10-02		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), marchewka juniorka pieczona 50 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), kopytka ziemniaczane 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (<u>MLE,</u>),	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 ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1619.65 kcal; Białko: 66.14 g; Węglowodany : 148.69 g; suma cukrów: 49.21 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.72 g; Błonnik: 17.36 g; : 7.4 g; : 131.33 g;

Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
czwartek 2025-10-02		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1831.7 kcal; Białko: 93.42 g; Węglowodany : 204.6 g; suma cukrów: 50.05 g; Tłuszcz: 72 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.02 g; Błonnik: 18.27 g; : 6.19 g; : 186.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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>), marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), kopytka ziemniaczane 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (<u>MLE,</u>),	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 150 g ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1912.05 kcal; Białko: 46.81 g; Węglowodany : 250.51 g; suma cukrów: 106.46 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.53 g; Błonnik: 23.15 g; : 7.06 g; : 227.38 g;

czwartek 2025-10-02			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) 250 g (<u>GLU, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.81 kcal; Białko: 73.94 g; Węglowodany : 235.42 g; suma cukrów: 34.34 g; Tłuszcz: 72.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.47 g; Błonnik: 22.88 g; : 6.36 g; : 212.55 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 400 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 300 g (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816.49 kcal; Białko: 84.84 g; Węglowodany : 199.08 g; suma cukrów: 106.08 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.44 g; Błonnik: 17.43 g; : 3.01 g; : 181.69 g;

czwartek 2025-10-02			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 krem z selera 400 g (<u>MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 526.99 kcal; Białko: 18.48 g; Węglowodany : 59.29 g; suma cukrów: 42.27 g; Tłuszcz: 24.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.36 g; Błonnik: 3.12 g; : .92 g; : 51.45 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z marchewki tarta 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2066.66 kcal; Białko: 80.91 g; Węglowodany : 254.19 g; suma cukrów: 66.27 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.81 g; Błonnik: 20.78 g; : 7.76 g; : 233.21 g;

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL, _</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 150 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1741.52 kcal; Białko: 73.8 g; Węglowodany : 213.16 g; suma cukrów: 50.72 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.6 g; Błonnik: 30.2 g; : 8.03 g; : 182.96 g;

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
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 krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.51 kcal; Białko: 75.55 g; Węglowodany : 250.71 g; suma cukrów: 46.41 g; Tłuszcz: 91.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.67 g; Błonnik: 22.51 g; : 6.37 g; : 228.2 g;

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE, _</u>), marchewka juniorka pieczona 50 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), kopytka ziemniaczane 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (<u>MLE, _</u>),	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>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.14 kcal; Białko: 63.29 g; Węglowodany : 195.01 g; suma cukrów: 51.02 g; Tłuszcz: 106.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.61 g; Błonnik: 19.64 g; : 7.68 g; : 170.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-02		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 , marchewka juniorka pieczona 50 g , ser twarogowy 30 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z kaszką kukurudzią 100 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), kopytka ziemniaczane 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos z pieczonych warzyw gładki 50 g (<u>MLE,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 40 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 50 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1252.74 kcal; Białko: 59.9 g; Węglowodany : 138.79 g; suma cukrów: 41.61 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.36 g; Błonnik: 12.91 g; : 5.22 g; : 125.89 g;

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 80 g , marchewka juniorka pieczona 100 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 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 ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.53 kcal; Białko: 70.42 g; Węglowodany : 247.55 g; suma cukrów: 51.79 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.3 g; Błonnik: 29.19 g; : 8.76 g; : 218.16 g;

czwartek 2025-10-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , marchewka juniorka pieczona 50 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), kopytka ziemniaczane 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos z pieczonych warzyw gładki 100 g (<u>MLE,</u>),	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiowy 150 g , szynka gotowana 60 g ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 100 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2040.63 kcal; Białko: 72.19 g; Węglowodany : 255.85 g; suma cukrów: 100.6 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.51 g; Błonnik: 20.17 g; : 8.3 g; : 235.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 makaronem 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), makaron (razowy) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (RYB, SEL, MIĘ,),	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 Śniadanie: kiwi 90 g , mallowiec kakaowy 100 g (GLU, MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1801.3 kcal; Białko: 74.08 g; Węglowodany : 252.01 g; suma cukrów: 54.1 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.07 g; Błonnik: 19.99 g; : 5.16 g; : 228.46 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 makaronem 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), makaron z dorszem w sosie warzywnym 300 g (GLU, RYB, SEL, MIĘ,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g , mallowiec 100 g (GLU, MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.54 kcal; Białko: 77.19 g; Węglowodany : 274.95 g; suma cukrów: 56.32 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.14 g; Błonnik: 22.72 g; : 5.76 g; : 250.76 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,), zupa mleczna z makaronem 200 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), makaron z dorszem w sosie warzywnym 300 g (GLU, RYB, SEL, MIĘ,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g , mallowiec 100 g (GLU, MLE,),	Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1812.08 kcal; Białko: 84.85 g; Węglowodany : 284.45 g; suma cukrów: 59.9 g; Tłuszcz: 40.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.16 g; Błonnik: 23.37 g; : 6.26 g; : 259.61 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), makaron (razowy) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (RYB, SEL, MIĘ,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
--------------------------------------	-------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1673.86 kcal; Białko: 69.78 g; Węglowodany : 230.31 g; suma cukrów: 45.3 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.05 g; Błonnik: 24.71 g; : 5.37 g; : 202.01 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml BC 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 100 g , pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 90 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1915.25 kcal; Białko: 90.87 g; Węglowodany : 210.08 g; suma cukrów: 52.28 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.79 g; Błonnik: 30.84 g; : 6.16 g; : 173.02 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , zupa mleczna z makaronem 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), makaron z dorszem w sosie warzywnym 300 g (GLU, RYB, SEL, MIE,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 100 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1454.58 kcal; Białko: 58.36 g; Węglowodany : 202.35 g; suma cukrów: 46.19 g; Tłuszcz: 47.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.43 g; Błonnik: 20.81 g; : 4.9 g; : 181.55 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,), zupa mleczna z makaronem 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 100 g , pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g , mallowiec 100 g (GLU, MLE,),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.67 kcal; Białko: 98.22 g; Węglowodany : 238.39 g; suma cukrów: 57.1 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.02 g; Błonnik: 25.45 g; : 6.8 g; : 211.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), makaron z dorszem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 60 g ,			
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g , mallowiec 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),		Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1756.92 kcal; Białko: 56.15 g; Węglowodany : 276.01 g; suma cukrów: 77.89 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.41 g; Błonnik: 24.02 g; : 4.35 g; : 252 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 100 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1740.6 kcal; Białko: 79.75 g; Węglowodany : 213.62 g; suma cukrów: 34.14 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.36 g; Błonnik: 22.15 g; : 6.53 g; : 191.46 g;					

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa jesienna z buraczkami bm/bg 300 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , filet z kurczaka pieczony 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 2 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),		Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1860.18 kcal; Białko: 117.72 g; Węglowodany : 196.92 g; suma cukrów: 101.7 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.07 g; Błonnik: 18.6 g; : 2.97 g; : 168.89 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , mus jabłkowy 300 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 477.28 kcal; Białko: 18.68 g; Węglowodany : 75.01 g; suma cukrów: 55.52 g; Tłuszcz: 13.32 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.29 g; Błonnik: 8.54 g; : .87 g; : 61.74 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 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>), zupa mleczna z makaronem B/G 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), makaron (bg) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (<u>RYB, SEL, MIĘ</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: kiwi 90 g , jabłko 150 g ,		Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1860.95 kcal; Białko: 67.4 g; Węglowodany : 266.8 g; suma cukrów: 49.43 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.61 g; Błonnik: 21.55 g; : 6.37 g; : 243.59 g;

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), filet z kurczaka pieczony 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , 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 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: kiwi 90 g , jabłko 150 g ,		Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.88 kcal; Białko: 80.77 g; Węglowodany : 207.79 g; suma cukrów: 52.72 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.09 g; Błonnik: 28.07 g; : 6.96 g; : 179.74 g;

piątek 2025-10-03		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 jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , filet z kurczaka pieczony 100 g , 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 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
		Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.04 kcal; Białko: 82.73 g; Węglowodany : 237.91 g; suma cukrów: 47.65 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.21 g; Błonnik: 22.53 g; : 6.64 g; : 215.38 g;

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
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 makaronem 100 g (<u>GLU, MLE</u>),	surówka z kapusty modrej 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 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: kiwi 90 g , mallowiec 100 g (<u>GLU, MLE</u>),		Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.83 kcal; Białko: 52.07 g; Węglowodany : 247.97 g; suma cukrów: 88.84 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.86 g; Błonnik: 22.92 g; : 3.79 g; : 223.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 100 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , filet z kurczaka pieczony 60 g , gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 40 g ,	
II Śniadanie: kiwi 90 g , mallowiec 50 g (<u>GLU, MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1194.2 kcal; Białko: 54.01 g; Węglowodany : 152.5 g; suma cukrów: 45.91 g; Tłuszcz: 42.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.25 g; Błonnik: 14.01 g; : 4.03 g; : 138.49 g;

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), makaron (bg) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (<u>RYB, SEL, MIE</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: kiwi 90 g , jabłko 150 g ,	Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1876.49 kcal; Białko: 49.23 g; Węglowodany : 288.65 g; suma cukrów: 78.42 g; Tłuszcz: 60.1 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.09 g; Błonnik: 21.41 g; : 5.99 g; : 267.06 g;

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 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 makaronem 100 g (<u>GLU, MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa jesienna z buraczkami bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), makaron z dorszem w sosie warzywnym 300 g (<u>GLU, RYB, SEL, MIE</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 60 g , polędwica drobiowa 60 g ,	
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g , mallowiec 100 g (<u>GLU, MLE</u>),	Podwieczorek: smoothie bananowe 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1862.52 kcal; Białko: 67.21 g; Węglowodany : 293.7 g; suma cukrów: 76.53 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.75 g; Błonnik: 23.66 g; : 5.77 g; : 270.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 ryżem 100 g (MLE,),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 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: 1911.84 kcal; Białko: 79.5 g; Węglowodany : 220.04 g; suma cukrów: 41.93 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.03 g; Błonnik: 24.08 g; : 7 g; : 195.98 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 200 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1886.78 kcal; Białko: 71.02 g; Węglowodany : 251.06 g; suma cukrów: 40.45 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.08 g; Błonnik: 20.91 g; : 6.33 g; : 230.06 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), pomidor bs 50 g , szynka biała 70 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 250 g , Gulasz drobiowy 150 g (GLU, SEL,), cukinia gotowana 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , polędwica drobiowa 70 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1742.28 kcal; Białko: 72.78 g; Węglowodany : 265.23 g; suma cukrów: 40.3 g; Tłuszcz: 45.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.9 g; Błonnik: 21.57 g; : 6.38 g; : 243.55 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 100 g , ser żółty 60 g (MLE,), sałata masłowa 20 g ,	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), herbata 200 g , masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1885.69 kcal; Białko: 69.83 g; Węglowodany : 211.51 g; suma cukrów: 51.63 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.94 g; Błonnik: 26.94 g; : 6.37 g; : 184.6 g;

sobota 2025-10-04		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kasza jaglana 200 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (SEL,), gotowany brokuł 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), herbata 200 g , masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.43 kcal; Białko: 79.85 g; Węglowodany : 240.04 g; suma cukrów: 52.11 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.21 g; Błonnik: 29.2 g; : 6.5 g; : 206.13 g;

sobota 2025-10-04		
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1389.16 kcal; Białko: 60.11 g; Węglowodany : 184.4 g; suma cukrów: 41.53 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.41 g; Błonnik: 20.23 g; : 4.46 g; : 164.17 g;

sobota 2025-10-04		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 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: 1896.02 kcal; Białko: 69.5 g; Węglowodany : 269.35 g; suma cukrów: 40.87 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.96 g; Błonnik: 22.18 g; : 6.54 g; : 247.08 g;

sobota 2025-10-04		
Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kaszotto z pieczarkami 300 g (MLE, SEL,),	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: 1670.13 kcal; Białko: 47.62 g; Węglowodany : 216.56 g; suma cukrów: 34.81 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.66 g; Błonnik: 24.19 g; : 8.12 g; : 192.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , margaryna 20 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), szynka biała 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1619.17 kcal; Białko: 74.03 g; Węglowodany : 207.78 g; suma cukrów: 31.14 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.41 g; Błonnik: 17.78 g; : 6.02 g; : 189.9 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 250 g (<u>SEL</u>), cukinia gotowana 250 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , margaryna 30 g ,	koktajl gruszkowy 300 g (<u>MLE</u>), herbata 200 g ,
II Śniadanie: biszkopty 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: budyń śmietankowy 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1837.74 kcal; Białko: 118.24 g; Węglowodany : 229.23 g; suma cukrów: 81.82 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.8 g; Błonnik: 15.78 g; : 3.32 g; : 184.77 g;

sobota 2025-10-04 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>),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 400 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g ,	koktajl gruszkowy 300 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 609.16 kcal; Białko: 28.38 g; Węglowodany : 79.37 g; suma cukrów: 48.29 g; Tłuszcz: 21.61 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.64 g; Błonnik: 7.07 g; : 1.37 g; : 60.46 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g ,

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

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 50 g , ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (<u>SEL</u>), gotowany brokuł 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL</u>),	chleb bezglutenowy 100 g , herbata 200 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004.1 kcal; Białko: 66.4 g; Węglowodany : 256.49 g; suma cukrów: 39.3 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.59 g; Błonnik: 22.29 g; : 5.88 g; : 234.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), margaryna 20 g , ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL , <u> </u>), kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (SEL , <u> </u>), cukinia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), herbata 200 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL , <u> </u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1685.29 kcal; Białko: 61.94 g; Węglowodany : 205.73 g; suma cukrów: 36.94 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.81 g; Błonnik: 21.19 g; : 6.31 g; : 184.56 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , masło 15 g (MLE , <u> </u>), szynka biała 60 g , chleb pszenny 100 g (GLU , <u> </u>),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g (SEL , <u> </u>), cukinia gotowana 150 g , kompot 200ml BC 200 g ,	chleb bezglutenowy 100 g , herbata 200 g , masło 15 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1534.94 kcal; Białko: 57.08 g; Węglowodany : 199 g; suma cukrów: 29.13 g; Tłuszcz: 57.86 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.62 g; Błonnik: 18.8 g; : 5.79 g; : 180.11 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), masło 15 g (MLE , <u> </u>), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g (MLE , <u> </u>), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE , <u> </u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (SEL , <u> </u>), kaszotto z pieczarkami 300 g (MLE , SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU , <u> </u>), chleb razowy 70 g (GLU , <u> </u>), masło 15 g (MLE , <u> </u>), pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (SEL , <u> </u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1888.64 kcal; Białko: 56.72 g; Węglowodany : 225.18 g; suma cukrów: 39.88 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 42.47 g; Błonnik: 23.58 g; : 9.31 g; : 201.61 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE , <u> </u>),	kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 100 g , piersz kurczka gotowana bez selera 60 g (SEL , <u> </u>), cukinia gotowana 50 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 150 g (SEL , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU , <u> </u>), masło 10 g (MLE , <u> </u>), polędwica drobiowa 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 60 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1017.68 kcal; Białko: 49.38 g; Węglowodany : 144.3 g; suma cukrów: 28.27 g; Tłuszcz: 28.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.97 g; Błonnik: 14.56 g; : 3.68 g; : 129.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 , kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1910.29 kcal; Białko: 54.67 g; Węglowodany : 242.83 g; suma cukrów: 34.98 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.98 g; Błonnik: 19.25 g; : 6.46 g; : 223.4 g;

sobota 2025-10-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), kasza jaglana 150 g , Gulasz drobiowy bg/bm 150 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.99 kcal; Białko: 67.98 g; Węglowodany : 260.3 g; suma cukrów: 40.37 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.15 g; Błonnik: 22.53 g; : 5.91 g; : 237.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g, ogórek zielony 50 g, dżem brzoskwiniowy 50 g, sałata lodowa 20 g, Napój kakaowy 200 g (<u>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>), schab gotowany II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), surówka coleslaw 150 g, ryż brązowy 200 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 konserwowa 60 g, sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.22 kcal; Białko: 113.32 g; Węglowodany : 270.65 g; suma cukrów: 83.41 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.07 g; Błonnik: 26.17 g; : 6.64 g; : 244.5 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g, pomidor bs 50 g, dżem brzoskwiniowy 50 g, sałata lodowa 20 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL, _</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), ryż 150 g, gotowany burak 150 g,	herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), ser twarogowy 60 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859.39 kcal; Białko: 80.27 g; Węglowodany : 245.27 g; suma cukrów: 49.95 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.02 g; Błonnik: 17.97 g; : 6.48 g; : 222.59 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g, chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g, pomidor bs 50 g, dżem brzoskwiniowy 50 g, sałata lodowa 20 g,	kompot 200ml 200 g, zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL, _</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), ryż 200 g, gotowany burak 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: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1944.83 kcal; Białko: 88.37 g; Węglowodany : 260.71 g; suma cukrów: 51.4 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.18 g; Błonnik: 18.41 g; : 6.73 g; : 237.59 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), ryż brązowy 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 ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1806.63 kcal; Białko: 76.93 g; Węglowodany : 231.38 g; suma cukrów: 43.9 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.4 g; Błonnik: 30.17 g; : 7.35 g; : 201.22 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
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,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), ryż brązowy 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: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.41 kcal; Białko: 101.88 g; Węglowodany : 246.31 g; suma cukrów: 48.28 g; Tłuszcz: 92.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.61 g; Błonnik: 31.59 g; : 7.09 g; : 210.01 g;

niedziela 2025-10-05 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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), ryż 150 g , gotowany burak 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: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1477.85 kcal; Białko: 77.1 g; Węglowodany : 177.45 g; suma cukrów: 34.84 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.81 g; Błonnik: 16.05 g; : 5.4 g; : 156.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,	
II Śniadanie: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1798.75 kcal; Białko: 94.34 g; Węglowodany : 229.78 g; suma cukrów: 40.08 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.8 g; Błonnik: 18.25 g; : 7.53 g; : 211.35 g;

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
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, SEL,</u>), kotlety warzywne z brokułami 150 g (<u>GLU, JAJ,</u>), ryż 200 g , gotowany burak 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: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1728.95 kcal; Białko: 53.85 g; Węglowodany : 286.31 g; suma cukrów: 44.64 g; Tłuszcz: 49.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.76 g; Błonnik: 22.94 g; : 3.89 g; : 263.37 g;

niedziela 2025-10-05		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, SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL,</u>), gotowany burak 150 g , ryż 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: 1882.4 kcal; Białko: 76.92 g; Węglowodany : 248.62 g; suma cukrów: 25.69 g; Tłuszcz: 71.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.91 g; Błonnik: 16.96 g; : 7.5 g; : 231.69 g;

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 250 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowany burak 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , kisiel wiśniowy 300 g ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1627.58 kcal; Białko: 83.14 g; Węglowodany : 198.9 g; suma cukrów: 90.56 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.27 g; Błonnik: 13.13 g; : 4.93 g; : 181.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona	
herbata 200 g , 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 , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 450.07 kcal; Białko: 12.72 g; Węglowodany : 86.15 g; suma cukrów: 41.61 g; Tłuszcz: 8.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 1.93 g; Błonnik: 9.81 g; : .68 g; : 71.61 g;

niedziela 2025-10-05		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;

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u> , _), 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> , _), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u> , _), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g , gotowany burak 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE</u> , _),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.26 kcal; Białko: 82.53 g; Węglowodany : 261.31 g; suma cukrów: 53.41 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.95 g; Błonnik: 14.92 g; : 7.7 g; : 246.22 g;

niedziela 2025-10-05		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 brzoskwinowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u> , _), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u> , _), ryż 200 g , gotowany burak 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: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1743.86 kcal; Białko: 73.19 g; Węglowodany : 239.02 g; suma cukrów: 52.51 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.96 g; Błonnik: 20.43 g; : 7.19 g; : 218.61 g;

niedziela 2025-10-05		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</u> , <u>SEL</u> , _), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u> , _), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ryż 200 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , _), masło 15 g (<u>MLE</u> , _), szynka konserwowa 60 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1719.41 kcal; Białko: 75.48 g; Węglowodany : 233.89 g; suma cukrów: 18.18 g; Tłuszcz: 54.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.41 g; Błonnik: 18.78 g; : 7.31 g; : 215.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
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 brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL,</u>), kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU, JAJ,</u>), ryż 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: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1840.26 kcal; Białko: 64.38 g; Węglowodany : 269.41 g; suma cukrów: 57.64 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.62 g; Błonnik: 23.24 g; : 4.43 g; : 241.45 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU, SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 60 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany burak 100 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1105.44 kcal; Białko: 58.72 g; Węglowodany : 150.85 g; suma cukrów: 49.71 g; Tłuszcz: 30.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.29 g; Błonnik: 11.93 g; : 4.25 g; : 138.93 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 250 g (<u>SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g , gotowany burak 200 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 70 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928.37 kcal; Białko: 66.67 g; Węglowodany : 261.01 g; suma cukrów: 50.56 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.5 g; Błonnik: 17.1 g; : 7.79 g; : 243.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-05	Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
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 brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU, SEL,</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g , gotowany burak 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: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl marchew/banan/jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907.43 kcal; Białko: 88.33 g; Węglowodany : 260.68 g; suma cukrów: 51.37 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.45 g; Błonnik: 18.41 g; : 6.73 g; : 237.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE, _), chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), ser topiony w kostce 50 g (MLE, _), polędwica drobiowa 20 g , masło 15 g (MLE, _), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pomidorowa z makaronem 250 g (GLU, MLE, SEL, _), polenta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE, _), serek waniliowy (obiad) 50 g (MLE, _), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 35 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), szynka gotowana 40 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (RYB, SEL, _), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.39 kcal; Białko: 79.26 g; Węglowodany : 278.32 g; suma cukrów: 96.55 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.3 g; Błonnik: 20.92 g; : 5.47 g; : 250.22 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE, _), chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL, _), polenta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE, _), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE, _), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU, _), masło 10 g (MLE, _), sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (RYB, SEL, _), szynka gotowana 40 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2143.03 kcal; Białko: 87.96 g; Węglowodany : 305.94 g; suma cukrów: 112.16 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.49 g; Błonnik: 18.75 g; : 5.82 g; : 276.4 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL, _), polenta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE, _), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE, _), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU, _), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 50 g (RYB, SEL, _),
II Śniadanie: biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE, _),	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.48 kcal; Białko: 84.94 g; Węglowodany : 301.4 g; suma cukrów: 114.13 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.63 g; Błonnik: 19.9 g; : 5.7 g; : 270.72 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), polędwica drobiowa 80 g , masło 15 g (MLE, _), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL, _), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL, _), surówka z marchwi 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 15 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1617.83 kcal; Białko: 63.72 g; Węglowodany : 221.97 g; suma cukrów: 75.6 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.21 g; Błonnik: 27.71 g; : 5.71 g; : 194.26 g;

poniedziałek 2025-10-06	Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli
--------------------------------	---

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
---	---	---

II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), słonecznik 20 g ,
--	--------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1807.36 kcal; Białko: 74.42 g; Węglowodany : 229.53 g; suma cukrów: 72.62 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.48 g; Błonnik: 27.52 g; : 5.85 g; : 197.27 g;

poniedziałek 2025-10-06	Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna
--------------------------------	---

herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 60 g , masło 10 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 60 g , pomidor 50 g ,
--	---	--

II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	
--	--------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1272.02 kcal; Białko: 56.43 g; Węglowodany : 169.87 g; suma cukrów: 46.72 g; Tłuszcz: 42.44 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.86 g; Błonnik: 19.11 g; : 4.48 g; : 143.55 g;

poniedziałek 2025-10-06	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli
--------------------------------	--

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko z kurczaka 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka gotowana 80 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), pomidor 50 g ,
--	---	---

II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1740.88 kcal; Białko: 92.3 g; Węglowodany : 200.1 g; suma cukrów: 45.59 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.27 g; Błonnik: 16.7 g; : 6.33 g; : 176.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), dżem brzoskwiniowy 100 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), polenta z prażonym jabłkiem 250 g (MLE,), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE,), surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (RYB, SEL,), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2121.03 kcal; Białko: 65.96 g; Węglowodany : 341.09 g; suma cukrów: 142.84 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.02 g; Błonnik: 24.52 g; : 3.74 g; : 316.59 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), polędwica drobiowa 80 g , margaryna 20 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 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: 1770.89 kcal; Białko: 68.12 g; Węglowodany : 222.69 g; suma cukrów: 33.35 g; Tłuszcz: 75.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.06 g; Błonnik: 21.8 g; : 6.36 g; : 200.88 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 300 g (MLE, SEL,), gotowane udko bez selera 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus z brzoskwiń 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 2 szt (MLE,),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1876.58 kcal; Białko: 91.29 g; Węglowodany : 196.46 g; suma cukrów: 86.94 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.29 g; Błonnik: 17.9 g; : 3.28 g; : 169.12 g;

poniedziałek 2025-10-06 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 200 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 583.79 kcal; Białko: 19.47 g; Węglowodany : 93.11 g; suma cukrów: 67.52 g; Tłuszcz: 16.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.55 g; Błonnik: 8.62 g; : .77 g; : 79.77 g;

poniedziałek 2025-10-06 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 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , ser topiony w kostce 50 g (MLE), polędwica drobiowa 20 g , masło 15 g (MLE), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , masło 10 g (MLE), szynka gotowana 40 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (RYB, SEL), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.88 kcal; Białko: 69.67 g; Węglowodany : 212.95 g; suma cukrów: 46.14 g; Tłuszcz: 76.2 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.27 g; Błonnik: 16.45 g; : 5.43 g; : 196.34 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), polędwica drobiowa 60 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 200 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (SEL), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), margaryna 20 g , szynka gotowana 40 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (RYB, SEL), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1685.33 kcal; Białko: 63.01 g; Węglowodany : 221.22 g; suma cukrów: 48.13 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.02 g; Błonnik: 23.94 g; : 5.47 g; : 197.27 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), polędwica drobiowa 80 g , margaryna 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 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: 1768.93 kcal; Białko: 67.94 g; Węglowodany : 222.33 g; suma cukrów: 33.23 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.06 g; Błonnik: 21.62 g; : 6.36 g; : 200.7 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), ser topiony w kostce 50 g (MLE), masło 15 g (MLE), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL), polenta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE), serek waniliowy (obiad) 100 g (MLE), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), ser żółty 80 g (MLE),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.71 kcal; Białko: 85.43 g; Węglowodany : 291.42 g; suma cukrów: 123.26 g; Tłuszcz: 81.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 47.16 g; Błonnik: 18.9 g; : 5.75 g; : 265.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gotowane udko bez selera 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 40 g , dżem brzoskwinowy 20 g ,
II Śniadanie: biszkopty 10 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1166.87 kcal; Białko: 59.26 g; Węglowodany : 138.82 g; suma cukrów: 35.18 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.06 g; Błonnik: 12.8 g; : 3.77 g; : 122.42 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , polędwica drobiowa 80 g , margaryna 20 g , papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), surówka z marchwi 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 60 g , margaryna 10 g , szynka gotowana 60 g , sałatka ryżowa z tuńczykiem 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1757.48 kcal; Białko: 61.87 g; Węglowodany : 234.49 g; suma cukrów: 46.01 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.83 g; Błonnik: 20.84 g; : 5.88 g; : 213.48 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), polenta z prażonym jabłkiem 200 g (<u>MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1957.93 kcal; Białko: 86.78 g; Węglowodany : 261.54 g; suma cukrów: 74.63 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.26 g; Błonnik: 19.67 g; : 6.45 g; : 234.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 15 g (MLE,), roszponka 10 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL,), kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ, MLE,), gulasz wieprzowy po węgiersku 150 g , pieczony burak 100 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: arbuz 150 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1817.65 kcal; Białko: 72.87 g; Węglowodany : 183.38 g; suma cukrów: 51.27 g; Tłuszcz: 94.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.01 g; Błonnik: 18.5 g; : 5.56 g; : 160.15 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (SEL,), pieczony burak 100 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1830.32 kcal; Białko: 70.75 g; Węglowodany : 250.39 g; suma cukrów: 59 g; Tłuszcz: 62.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.05 g; Błonnik: 21.7 g; : 6.64 g; : 223.97 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), ser twarogowy 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 200 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (SEL,), gotowany burak 200 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1803.76 kcal; Białko: 82.95 g; Węglowodany : 281.56 g; suma cukrów: 82.55 g; Tłuszcz: 40.12 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.7 g; Błonnik: 22.4 g; : 7.05 g; : 254.45 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1802.28 kcal; Białko: 76.89 g; Węglowodany : 206.49 g; suma cukrów: 43.89 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.37 g; Błonnik: 22.57 g; : 6.71 g; : 179.21 g;

wtorek 2025-10-07		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: arbuz 150 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), pomarańczko 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.85 kcal; Białko: 77.94 g; Węglowodany : 238.09 g; suma cukrów: 56.07 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.61 g; Błonnik: 26.08 g; : 6.78 g; : 202.56 g;

wtorek 2025-10-07		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 200 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 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 biała 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1517.48 kcal; Białko: 64.43 g; Węglowodany : 193.46 g; suma cukrów: 39.14 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.64 g; Błonnik: 20.06 g; : 5.88 g; : 168.68 g;

wtorek 2025-10-07		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 100 g ,	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: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1856.76 kcal; Białko: 89.22 g; Węglowodany : 224.09 g; suma cukrów: 41.68 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.36 g; Błonnik: 20.39 g; : 7.83 g; : 198.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 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 krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL,</u>), pieczony burak 100 g ,	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: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1731.54 kcal; Białko: 54.81 g; Węglowodany : 264.61 g; suma cukrów: 72.53 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.9 g; Błonnik: 23.33 g; : 5.35 g; : 236.55 g;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1777.7 kcal; Białko: 93.61 g; Węglowodany : 196.88 g; suma cukrów: 24.97 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.95 g; Błonnik: 15.31 g; : 6.56 g; : 181.58 g;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa krem z selera bg/bm 300 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , schab gotowany II danie bez selera 250 g (<u>SEL,</u>), pieczony burak 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,			
II Śniadanie: biszkopty 40 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 300 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.17 kcal; Białko: 108.96 g; Węglowodany : 189.1 g; suma cukrów: 77.61 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.14 g; Błonnik: 9.5 g; : 2.78 g; : 165.25 g;

wtorek 2025-10-07			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 krem z selera bg/bm 400 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 541.49 kcal; Białko: 19.02 g; Węglowodany : 90.52 g; suma cukrów: 67.16 g; Tłuszcz: 13.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.36 g; Błonnik: 8.39 g; : .93 g; : 77.41 g;

wtorek 2025-10-07			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE), ser twarogowy 50 g (MLE), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (SEL), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE), szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.18 kcal; Białko: 67.47 g; Węglowodany : 224.27 g; suma cukrów: 35.54 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.03 g; Błonnik: 17.83 g; : 7.43 g; : 201.52 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (SEL), pieczony burak 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: arbuz 150 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.68 kcal; Białko: 69.9 g; Węglowodany : 226 g; suma cukrów: 48.89 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.52 g; Błonnik: 22.68 g; : 7.64 g; : 203.33 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15 g (MLE), szynka wieprzowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (SEL), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15 g (MLE), szynka biała 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1788.21 kcal; Białko: 69.86 g; Węglowodany : 247.53 g; suma cukrów: 26.71 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.28 g; Błonnik: 19.68 g; : 7.12 g; : 220.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 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 kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 300 g (<u>SEL</u>), fritata warzywna 300 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos czosnkowy 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: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.41 kcal; Białko: 79.97 g; Węglowodany : 202.09 g; suma cukrów: 49.04 g; Tłuszcz: 100.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 45.13 g; Błonnik: 22.65 g; : 9.41 g; : 173.54 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , szynka wieprzowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 150 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany II danie bez selera 60 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , pomidor bs 30 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1191.86 kcal; Białko: 59.14 g; Węglowodany : 144.03 g; suma cukrów: 36.58 g; Tłuszcz: 43.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.53 g; Błonnik: 12.83 g; : 3.59 g; : 126.49 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 100 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: arbuz 150 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1835.78 kcal; Białko: 60.01 g; Węglowodany : 239.25 g; suma cukrów: 46.55 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.52 g; Błonnik: 18.88 g; : 7.54 g; : 220.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera bg/bm 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz wieprzowy łatwostrawny bm/bg 150 g (<u>SEL</u>), pieczony burak 100 g ,	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 ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.56 kcal; Białko: 70.39 g; Węglowodany : 230.82 g; suma cukrów: 40.68 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.9 g; Błonnik: 21.6 g; : 6.77 g; : 204.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowa z brzoskwiniami 50 g (<u>MLE,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 200 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa kapuśniak 250 g (<u>SEL, S02,</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , surówka z kapusty modrej 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1949.11 kcal; Białko: 82.51 g; Węglowodany : 227.27 g; suma cukrów: 51.82 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.25 g; Błonnik: 23.66 g; : 6.36 g; : 203.6 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 40 g , pasta twarogowa z brzoskwiniami 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 90 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1932.4 kcal; Białko: 82.57 g; Węglowodany : 223.62 g; suma cukrów: 42.49 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.16 g; Błonnik: 22.61 g; : 6.5 g; : 201 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowa z brzoskwiniami 100 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z ryżem 150 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kurczaka pieczony 200 g , cukinia gotowana 250 g ,	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 80 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1825.78 kcal; Białko: 137.24 g; Węglowodany : 250.22 g; suma cukrów: 51.19 g; Tłuszcz: 32.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.79 g; Błonnik: 24.76 g; : 7.08 g; : 225.44 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowa z brzoskwiniami 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , surówka z kapusty modrej 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	
--------------------------------------	-------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1868.24 kcal; Białko: 85.02 g; Węglowodany : 214.42 g; suma cukrów: 59.52 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.55 g; Błonnik: 28.99 g; : 6.45 g; : 185.4 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , surówka z kapusty modrej 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: galaretka malinowa 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), słonecznik 15 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1869.63 kcal; Białko: 79.43 g; Węglowodany : 209.89 g; suma cukrów: 38.24 g; Tłuszcz: 81.32 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.4 g; Błonnik: 26.6 g; : 5.94 g; : 178.54 g;

środa 2025-10-08 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 , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 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: 1649.41 kcal; Białko: 70.27 g; Węglowodany : 180.89 g; suma cukrów: 39.47 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.98 g; Błonnik: 21.13 g; : 5.61 g; : 159.76 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka wieprzowa 80 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , pasta twarogowa z brzoskwiniami 50 g (MLE,), zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2013.09 kcal; Białko: 96.42 g; Węglowodany : 223.26 g; suma cukrów: 41.74 g; Tłuszcz: 83 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.41 g; Błonnik: 22.43 g; : 7.73 g; : 200.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-08			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 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: 1883.01 kcal; Białko: 60.23 g; Węglowodany : 256.41 g; suma cukrów: 94.24 g; Tłuszcz: 71.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.89 g; Błonnik: 24.5 g; : 4.59 g; : 231.91 g;

środa 2025-10-08			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 koperkowa 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2025.27 kcal; Białko: 82.79 g; Węglowodany : 217.29 g; suma cukrów: 31.49 g; Tłuszcz: 98.75 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.96 g; Błonnik: 19.86 g; : 6.86 g; : 197.43 g;

środa 2025-10-08			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (GLU, MLE,),	zupa koperkowa 300 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , pieczone udko z kurczaka 250 g , pieczona cukinia 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),			
II Śniadanie: mus gruszkowo jabłkowy 350 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.66 kcal; Białko: 74.08 g; Węglowodany : 165.55 g; suma cukrów: 72.15 g; Tłuszcz: 99.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.92 g; Błonnik: 18.71 g; : 2.36 g; : 142.16 g;

środa 2025-10-08			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 350 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 537.37 kcal; Białko: 19.27 g; Węglowodany : 89.69 g; suma cukrów: 68.83 g; Tłuszcz: 13.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.37 g; Błonnik: 9.71 g; : .96 g; : 75.26 g;

środa 2025-10-08			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 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1790.61 kcal; Białko: 62.28 g; Węglowodany : 202.87 g; suma cukrów: 34.72 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.1 g; Błonnik: 18.77 g; : 6.04 g; : 183.92 g;

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g , sos potrawkowy 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 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1814.81 kcal; Białko: 77.73 g; Węglowodany : 181.88 g; suma cukrów: 36.7 g; Tłuszcz: 88.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.27 g; Błonnik: 22.23 g; : 6.61 g; : 159.66 g;

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.06 kcal; Białko: 87.01 g; Węglowodany : 250.04 g; suma cukrów: 45.49 g; Tłuszcz: 114.9 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.74 g; Błonnik: 20.73 g; : 7.28 g; : 229.32 g;

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pasta twarogowa z brzoskwiniami 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u>), zapiekanka makaronowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos 1000wysp 20 g ,	chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.77 kcal; Białko: 63.31 g; Węglowodany : 286.08 g; suma cukrów: 89.78 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.32 g; Błonnik: 29.42 g; : 6.3 g; : 256.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 100 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone udko z kurczaka 50 g , pieczona cukinia 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 pieczona 100 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1109.66 kcal; Białko: 43.67 g; Węglowodany : 148.88 g; suma cukrów: 44.83 g; Tłuszcz: 38.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.36 g; Błonnik: 13.28 g; : 3.49 g; : 135.6 g;

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli
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 koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 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 pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.28 kcal; Białko: 69.34 g; Węglowodany : 247.34 g; suma cukrów: 68.59 g; Tłuszcz: 90.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.56 g; Błonnik: 19.6 g; : 6.77 g; : 227.55 g;

środa 2025-10-08		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli
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 ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , pieczona cukinia 200 g , sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.34 kcal; Białko: 88.02 g; Węglowodany : 289.13 g; suma cukrów: 94.59 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.24 g; Błonnik: 25.72 g; : 7.3 g; : 263.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , pancake 3 szt , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 50 g , zupa mleczna z kulkami czekoladowymi bg 100 g (<u>MLE</u>), banan 120 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 200 g (<u>SEL</u>), makaron w sosie serowo brokułowym 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	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 , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 50 g (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: kiwi 90 g , biskopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.39 kcal; Białko: 78.26 g; Węglowodany : 278.82 g; suma cukrów: 99.02 g; Tłuszcz: 83.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.22 g; Błonnik: 17.37 g; : 4.09 g; : 216.45 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2178.14 kcal; Białko: 101.64 g; Węglowodany : 268.94 g; suma cukrów: 72.76 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.33 g; Błonnik: 24.39 g; : 6.9 g; : 244.55 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 30 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955.61 kcal; Białko: 112.01 g; Węglowodany : 263.18 g; suma cukrów: 70.24 g; Tłuszcz: 51.96 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.69 g; Błonnik: 21.05 g; : 7.3 g; : 242.14 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami RAZOWY 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 140 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1805.67 kcal; Białko: 69.65 g; Węglowodany : 241.77 g; suma cukrów: 59.59 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.68 g; Błonnik: 29.62 g; : 6.81 g; : 213.36 g;

czwartek 2025-10-09	Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli	
----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 80 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), dynia pieczona 100 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami RAZOWY 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
---	--	---

II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: banan 120 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko 150 g ,
-------------------------------------	------------------------------------	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.88 kcal; Białko: 63.47 g; Węglowodany : 250.19 g; suma cukrów: 68.05 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.01 g; Błonnik: 33 g; : 7.22 g; : 213.67 g;

czwartek 2025-10-09	Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
----------------------------	---	--

herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),
---	--	--

II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),	
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1750.94 kcal; Białko: 82.13 g; Węglowodany : 204.73 g; suma cukrów: 71.76 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.38 g; Błonnik: 21.9 g; : 5.19 g; : 182.84 g;

czwartek 2025-10-09	Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
----------------------------	--	--

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , salata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u>), zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 120 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 60 g , salata lodowa 20 g ,
---	---	--

II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),	
---	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1876.82 kcal; Białko: 100.99 g; Węglowodany : 220.98 g; suma cukrów: 55.7 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.59 g; Błonnik: 20.43 g; : 6.6 g; : 200.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU, SEL,</u>),	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 pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL,</u>), dżem brzoskwinowy 100 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1941.94 kcal; Białko: 72.46 g; Węglowodany : 270.7 g; suma cukrów: 102.91 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.51 g; Błonnik: 24.77 g; : 4.75 g; : 245.94 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (<u>GLU, SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 300 g (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1890.79 kcal; Białko: 73.31 g; Węglowodany : 255.01 g; suma cukrów: 35.13 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.16 g; Błonnik: 24.51 g; : 6.84 g; : 230.5 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa wiosenna krem BG/BM 300 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , gotowane udko bez selera 250 g , gotowana marchewka juniorka 250 g , ziemniaki gotowane 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 300 g (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1900.57 kcal; Białko: 107.72 g; Węglowodany : 206.59 g; suma cukrów: 118.62 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.77 g; Błonnik: 19.93 g; : 3.32 g; : 186.7 g;

czwartek 2025-10-09			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 wiosenna krem BG/BM 400 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 300 g (<u>MLE,</u>),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 570.28 kcal; Białko: 20.38 g; Węglowodany : 97.4 g; suma cukrów: 71.44 g; Tłuszcz: 13.72 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 5.41 g; Błonnik: 11.97 g; : 1.08 g; : 80.71 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 300 g (<u>MLE,</u>),				

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), makaron ze szpinakiem i warzywami 300 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),	
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1882.74 kcal; Białko: 51.19 g; Węglowodany : 256.64 g; suma cukrów: 49.54 g; Tłuszcz: 74.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.11 g; Błonnik: 23.4 g; : 6 g; : 233.02 g;

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (GLU, SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,),	
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1603.27 kcal; Białko: 58.26 g; Węglowodany : 203.31 g; suma cukrów: 40.91 g; Tłuszcz: 65 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.01 g; Błonnik: 25.32 g; : 5.85 g; : 177.99 g;

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.72 kcal; Białko: 98.39 g; Węglowodany : 281.22 g; suma cukrów: 72.75 g; Tłuszcz: 91.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.18 g; Błonnik: 24.32 g; : 7.01 g; : 256.91 g;

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), pomidor bs 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (GLU, SEL,),	chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (SEL,), ser topiony w kostce 50 g (MLE,), chleb baltonowski 30 g (GLU,),	
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (MLE,), herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1891.33 kcal; Białko: 65.11 g; Węglowodany : 231.24 g; suma cukrów: 63.86 g; Tłuszcz: 81.6 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.87 g; Błonnik: 25.44 g; : 4.97 g; : 205.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 20 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 30 g (<u>MLE</u>), zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 100 g (<u>SEL</u>), gotowane udko bez selera 50 g , ziemniaki gotowane 100 g , gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka gotowana 20 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 30 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: panacotta 100 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1129.19 kcal; Białko: 43.94 g; Węglowodany : 150.57 g; suma cukrów: 46.75 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.72 g; Błonnik: 15.19 g; : 3.23 g; : 135.38 g;

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczorek: panacotta BM 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.75 kcal; Białko: 54.95 g; Węglowodany : 240.05 g; suma cukrów: 42.28 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.43 g; Błonnik: 22.35 g; : 6.65 g; : 217.48 g;

czwartek 2025-10-09		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi bezglutenowa 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL</u>), makaron ze szpinakiem i warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	pasta z pieczonych warzyw łatwostrawna 100 g (<u>SEL</u>), herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , szynka gotowana 60 g ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>), herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.52 kcal; Białko: 89.47 g; Węglowodany : 304.54 g; suma cukrów: 105.8 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.21 g; Błonnik: 25.19 g; : 6.32 g; : 279.36 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (<u>MLE, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), pulpety rybne 120 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, MIE, _</u>), surówka z papryką i koperkiem 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 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>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.93 kcal; Białko: 86.62 g; Węglowodany : 250.41 g; suma cukrów: 61.05 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.51 g; Błonnik: 24.42 g; : 7.6 g; : 224.51 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (<u>MLE, _</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, MIE, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), polędwica drobiowa 80 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2075.7 kcal; Białko: 88.53 g; Węglowodany : 254.54 g; suma cukrów: 53.81 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.73 g; Błonnik: 20.07 g; : 8.08 g; : 232.99 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 50 g (<u>MLE, _</u>), zupa mleczna z kaszka manną 200 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, MIE, _</u>), gotowany burak 200 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), polędwica drobiowa 60 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 30 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1707.34 kcal; Białko: 82.43 g; Węglowodany : 268.19 g; suma cukrów: 51.34 g; Tłuszcz: 40.21 g; Kw. tł. nas. ogółem: 8.85 g; Błonnik: 22.18 g; : 6.9 g; : 245.27 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), szynka biała 60 g , masło 20 g (<u>MLE, _</u>), pomidor 100 g , sałata masłowa 20 g , serek granii 100 g (<u>MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, MIE, _</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU, _</u>), masło 20 g (<u>MLE, _</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.15 kcal; Białko: 84.65 g; Węglowodany : 230.93 g; suma cukrów: 52.68 g; Tłuszcz: 90.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 36.18 g; Błonnik: 22.62 g; : 7.77 g; : 206.83 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
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 marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), pestki dyni 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.67 kcal; Białko: 91.13 g; Węglowodany : 225.65 g; suma cukrów: 43.73 g; Tłuszcz: 96.26 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 37.36 g; Błonnik: 28.14 g; : 7.71 g; : 191.29 g;

piątek 2025-10-10 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 , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1677.37 kcal; Białko: 71.4 g; Węglowodany : 191.97 g; suma cukrów: 54.11 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.56 g; Błonnik: 17.67 g; : 7.12 g; : 174.29 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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>), zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.21 kcal; Białko: 90.57 g; Węglowodany : 237.54 g; suma cukrów: 40.86 g; Tłuszcz: 86.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.13 g; Błonnik: 20.29 g; : 8.42 g; : 215.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), szynka biała 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), masło 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,			
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1977.83 kcal; Białko: 64.37 g; Węglowodany : 284.19 g; suma cukrów: 104.59 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.96 g; Błonnik: 22.16 g; : 6.57 g; : 262.03 g;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIĘ</u> , <u>_</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1854.23 kcal; Białko: 79.56 g; Węglowodany : 209.66 g; suma cukrów: 28.47 g; Tłuszcz: 84.69 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.6 g; Błonnik: 18.75 g; : 7.9 g; : 190.91 g;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>),	zupa marchewkowa krem 300 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 250 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>), gotowany burak 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , mus z brzoskwiń 200 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1667.66 kcal; Białko: 96.47 g; Węglowodany : 176.93 g; suma cukrów: 79.49 g; Tłuszcz: 66.6 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.98 g; Błonnik: 12.94 g; : 4.26 g; : 159.29 g;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>), jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 713.52 kcal; Białko: 21.27 g; Węglowodany : 100 g; suma cukrów: 70.48 g; Tłuszcz: 27.95 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 10.89 g; Błonnik: 11.43 g; : 2.1 g; : 83.86 g;

piątek 2025-10-10			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>),	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 200 g ,				

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE</u>), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , serek grani 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>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: budyń śmietankowy 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2075.91 kcal; Białko: 80.48 g; Węglowodany : 244.57 g; suma cukrów: 50.07 g; Tłuszcz: 94.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.95 g; Błonnik: 16.58 g; : 8.41 g; : 226.32 g;

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 marchewkowa krem BM 250 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1780.74 kcal; Białko: 74.85 g; Węglowodany : 219.21 g; suma cukrów: 45.45 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.32 g; Błonnik: 23.02 g; : 7.25 g; : 196.19 g;

piątek 2025-10-10		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 marchewkowa krem 250 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB</u> , <u>MIE</u>), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.08 kcal; Białko: 85.85 g; Węglowodany : 258.23 g; suma cukrów: 55.66 g; Tłuszcz: 107.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.66 g; Błonnik: 19.62 g; : 8.11 g; : 238.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), serek grani 100 g (MLE,), pomidor 100 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE,),	surówka z papryką i koperkiem 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g (JAJ,), sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,),
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2047.43 kcal; Białko: 58.61 g; Węglowodany : 268.58 g; suma cukrów: 96.09 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.86 g; Błonnik: 23.49 g; : 5.21 g; : 243.61 g;

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Roczna
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 100 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza bez selera 50 g (RYB, MIĘ,), gotowany burak 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiniowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 30 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1204.43 kcal; Białko: 49.8 g; Węglowodany : 153.62 g; suma cukrów: 46.5 g; Tłuszcz: 47.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.44 g; Błonnik: 11.16 g; : 4.33 g; : 142.47 g;

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwiniowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne BG 120 g (JAJ, RYB, SEL, MIĘ,), gotowany burak 150 g , sos koperkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.47 kcal; Białko: 61.24 g; Węglowodany : 270.63 g; suma cukrów: 78.29 g; Tłuszcz: 85.99 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.09 g; Błonnik: 19.44 g; : 6.76 g; : 250.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-10		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety rybne 120 g (GLU, JAJ, RYB, SEL, MIE,), gotowany burak 200 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 150 g , poledwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162 kcal; Białko: 78.93 g; Węglowodany : 310.19 g; suma cukrów: 107.71 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 26.57 g; Błonnik: 21.93 g; : 8.15 g; : 288.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 60 g (<u>MLE</u>), szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (<u>SEL</u>), gotowany kalafior 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>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1906.97 kcal; Białko: 93.47 g; Węglowodany : 236.3 g; suma cukrów: 44.68 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.46 g; Błonnik: 25.26 g; : 6.86 g; : 211.05 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (<u>SEL</u>), marchewka juniorka pieczona 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961.65 kcal; Białko: 78.98 g; Węglowodany : 271 g; suma cukrów: 44.77 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.68 g; Błonnik: 26.78 g; : 7.44 g; : 244.23 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 70 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , ryż 250 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (<u>SEL</u>), marchewka juniorka pieczona 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1785.79 kcal; Białko: 81.25 g; Węglowodany : 289.92 g; suma cukrów: 48.44 g; Tłuszcz: 36.56 g; Kw. tł. nas. ogółem: 8.47 g; Błonnik: 27.16 g; : 6.59 g; : 262.78 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ogórek zielony 100 g , ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), sałata masłowa 20 g ,	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL</u>), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (<u>SEL</u>), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), herbata 200 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1912.09 kcal; Białko: 79.8 g; Węglowodany : 226.15 g; suma cukrów: 53.87 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.58 g; Błonnik: 29.99 g; : 6.15 g; : 196.18 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , szynka biała 60 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ryż brązowy 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), herbata 200 g , masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.25 kcal; Białko: 86.58 g; Węglowodany : 246.32 g; suma cukrów: 57.18 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.82 g; Błonnik: 31.26 g; : 6.45 g; : 205.6 g;

sobota 2025-10-11 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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ryż 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (SEL,), marchewka juniorka pieczona 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1503.69 kcal; Białko: 63.78 g; Węglowodany : 206.85 g; suma cukrów: 45.63 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 21.28 g; Błonnik: 24.82 g; : 5.52 g; : 182.04 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ryż 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (SEL,), marchewka juniorka pieczona 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 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: 1991.55 kcal; Białko: 78.39 g; Węglowodany : 289.8 g; suma cukrów: 45.17 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.79 g; Błonnik: 28.27 g; : 7.65 g; : 261.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 ,	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 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,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1548.13 kcal; Białko: 43.02 g; Węglowodany : 207.45 g; suma cukrów: 30.78 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.87 g; Błonnik: 18.31 g; : 3.85 g; : 189.14 g;

sobota 2025-10-11 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 krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), marchewka juniorka pieczona 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1823.57 kcal; Białko: 84.1 g; Węglowodany : 223.52 g; suma cukrów: 35.12 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.65 g; Błonnik: 23.28 g; : 6.65 g; : 200.25 g;

sobota 2025-10-11 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 200 g (SEL,), marchewka juniorka pieczona 250 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g , margaryna 30 g ,	koktajl marchew/banan/jabłko 400 g , herbata 200 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: kisiel wisniowy 400 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1919.89 kcal; Białko: 97.69 g; Węglowodany : 257.21 g; suma cukrów: 128.61 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.02 g; Błonnik: 25.4 g; : 3.41 g; : 227.12 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g ,	koktajl bananowy 300 g (MLE,), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 890.81 kcal; Białko: 35.36 g; Węglowodany : 132.6 g; suma cukrów: 98.48 g; Tłuszcz: 26.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 9.79 g; Błonnik: 10.88 g; : 1.34 g; : 116.99 g;

sobota 2025-10-11 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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
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 , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (SEL), gotowany kalafior 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL),	chleb bezglutenowy 100 g , herbata 200 g , masło 15 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.42 kcal; Białko: 75.17 g; Węglowodany : 263.6 g; suma cukrów: 38.11 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.85 g; Błonnik: 22.75 g; : 6.14 g; : 240.66 g;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL), ryż 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (SEL), marchewka juniorka pieczona 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), herbata 200 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1732.04 kcal; Białko: 74.18 g; Węglowodany : 228.05 g; suma cukrów: 40.78 g; Tłuszcz: 61.47 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.69 g; Błonnik: 25.78 g; : 6.16 g; : 202.28 g;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , masło 15 g (MLE), szynka biała 60 g , chleb pszenny 100 g (GLU),	zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (SEL), marchewka juniorka pieczona 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), polędwica drobiowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1690.01 kcal; Białko: 68.37 g; Węglowodany : 221.71 g; suma cukrów: 33.33 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.06 g; Błonnik: 25.2 g; : 6.9 g; : 196.52 g;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 15 g (MLE), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g (MLE), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (SEL), risotto z burakami 350 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), ser fromage 50 g (MLE), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1813.81 kcal; Białko: 52.18 g; Węglowodany : 214.57 g; suma cukrów: 34.27 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.31 g; Błonnik: 17.56 g; : 4.85 g; : 197.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 100 g , ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 50 g (<u>SEL,</u>), marchewka juniorka pieczona 50 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 100 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 30 g ,	
II Śniadanie: banan 60 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 10 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1074.85 kcal; Białko: 47.39 g; Węglowodany : 133.18 g; suma cukrów: 24.37 g; Tłuszcz: 40.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.06 g; Błonnik: 13.72 g; : 3.66 g; : 119.46 g;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 , potrawka z kurczaka BM/BG 200 g (<u>SEL,</u>), marchewka juniorka pieczona 150 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1957.04 kcal; Białko: 66.91 g; Węglowodany : 265.15 g; suma cukrów: 38.82 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.85 g; Błonnik: 23.84 g; : 6.31 g; : 241.12 g;

sobota 2025-10-11		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g , potrawka z kurczaka BM/BG 150 g (<u>SEL,</u>), marchewka juniorka pieczona 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1911.52 kcal; Białko: 76.87 g; Węglowodany : 280.75 g; suma cukrów: 44.67 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.98 g; Błonnik: 28.62 g; : 7.02 g; : 252.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), ziemniaki gotowane 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 Śniadanie: brzoskwinia 120 g ,	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1820.66 kcal; Białko: 81.68 g; Węglowodany : 237.72 g; suma cukrów: 60.4 g; Tłuszcz: 63.7 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.07 g; Błonnik: 26.56 g; : 7.66 g; : 211.18 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.29 kcal; Białko: 92.9 g; Węglowodany : 266.45 g; suma cukrów: 67.48 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.8 g; Błonnik: 26.72 g; : 7.21 g; : 235.03 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), ser twarogowy 100 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1743.89 kcal; Białko: 95.11 g; Węglowodany : 260.95 g; suma cukrów: 66.72 g; Tłuszcz: 38.16 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 12.85 g; Błonnik: 25.31 g; : 7.17 g; : 230.94 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>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>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka konserwowa 60 g , pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1903.32 kcal; Białko: 79.8 g; Węglowodany : 232.93 g; suma cukrów: 55.9 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.31 g; Błonnik: 32.87 g; : 7.78 g; : 200.09 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
niedziela 2025-10-12	Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 60 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , sałata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa rosół z makaronem 200 g (<u>GLU, SEL</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , sałata masłowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>), słonecznik 10 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.06 kcal; Białko: 91.3 g; Węglowodany : 246.41 g; suma cukrów: 70.36 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.62 g; Błonnik: 31.21 g; : 6.86 g; : 210.49 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
niedziela 2025-10-12	Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>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>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), masło 10 g (<u>MLE</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE</u>), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1634.36 kcal; Białko: 81.85 g; Węglowodany : 188.47 g; suma cukrów: 50.46 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.71 g; Błonnik: 24.06 g; : 5.87 g; : 159.7 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), sałata lodowa 20 g , szynka konserwowa 40 g ,	
II Śniadanie: koktajl bananowy 200 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE</u> , <u> </u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2031.25 kcal; Białko: 103.57 g; Węglowodany : 248.85 g; suma cukrów: 66.91 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.36 g; Błonnik: 23.37 g; : 8.15 g; : 225.29 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 15 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u> , <u> </u>), ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), kotlety warzywne z brokułami 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 15 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1850.4 kcal; Białko: 60.26 g; Węglowodany : 284.43 g; suma cukrów: 66.19 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.45 g; Błonnik: 30.03 g; : 4.48 g; : 254.41 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.59 kcal; Białko: 78.42 g; Węglowodany : 241.99 g; suma cukrów: 35.01 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.98 g; Błonnik: 24.44 g; : 7.9 g; : 217.58 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>),	zupa rosół z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), gotowana szynka II danie bez selera 250 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), margaryna 30 g ,	herbata 200 g , budyń śmietankowy 200 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	
II Śniadanie: biszkopty 40 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> , <u> </u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1890.37 kcal; Białko: 94.29 g; Węglowodany : 210.56 g; suma cukrów: 66.96 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.91 g; Błonnik: 20.44 g; : 5.7 g; : 171.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , koktajl bananowy 300 g (MLE, _), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE, _),	Zupa rosół wywar (płynna) 400 g (GLU, SEL, _), kompot 200ml 200 g ,	herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE, _), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2025-10-12 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;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), schab wiśniowy 70 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem BG 250 g (SEL, _), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, _), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE, _), szynka konserwowa 70 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.51 kcal; Białko: 76.54 g; Węglowodany : 280.33 g; suma cukrów: 67.73 g; Tłuszcz: 84.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.33 g; Błonnik: 28.46 g; : 8.63 g; : 251.7 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), 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 (GLU, SEL, _), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (SEL, _), sos potrawkowy BM/BG 50 g (SEL, _), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), margaryna 20 g , szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1805.22 kcal; Białko: 74.12 g; Węglowodany : 234.39 g; suma cukrów: 64.14 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.76 g; Błonnik: 28.56 g; : 7.56 g; : 205.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-12		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,</u> <u>SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 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: 1780.77 kcal; Białko: 76.41 g; Węglowodany : 229.26 g; suma cukrów: 29.81 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.22 g; Błonnik: 26.91 g; : 7.69 g; : 202.38 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
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 brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL,</u>), kotlety warzywne z brokułami 120 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>),	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 owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1796.04 kcal; Białko: 64.19 g; Węglowodany : 259.76 g; suma cukrów: 67.36 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.48 g; Błonnik: 28.55 g; : 4.59 g; : 231.22 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>), gotowana szynka II danie bez selera 50 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone warzywa 50 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 40 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko pieczone 50 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1082.02 kcal; Białko: 47.28 g; Węglowodany : 156.65 g; suma cukrów: 46.32 g; Tłuszcz: 30.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.54 g; Błonnik: 13.99 g; : 4.28 g; : 142.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , 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>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 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: 2077.05 kcal; Białko: 69.38 g; Węglowodany : 269.8 g; suma cukrów: 65.18 g; Tłuszcz: 83.27 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 15.69 g; Błonnik: 28.06 g; : 8.35 g; : 241.57 g;

niedziela 2025-10-12		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
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 brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), gotowana szynka II danie bez selera 120 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pieczone warzywa 250 g (<u>SEL</u>),	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: 2208.68 kcal; Białko: 95.45 g; Węglowodany : 284.8 g; suma cukrów: 73.09 g; Tłuszcz: 80.41 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.48 g; Błonnik: 31.65 g; : 7.64 g; : 248.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 50 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 20 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pomidorowa z ryżem 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), pierogi z serem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos truskawkowy 50 g , surówka z marchwi 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g , sałatka makaronowa z makrelą 100 g (<u>GLU, SEL,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.09 kcal; Białko: 57.44 g; Węglowodany : 263.25 g; suma cukrów: 110.83 g; Tłuszcz: 116.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 54.83 g; Błonnik: 22.97 g; : 6.31 g; : 233.06 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 200 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), serek waniliowy (obiad) 100 g (<u>MLE,</u>), gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka biała 80 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: biszkopty 30 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.8 kcal; Białko: 82.44 g; Węglowodany : 269.59 g; suma cukrów: 94.68 g; Tłuszcz: 108.18 g; Kw. tł. nas. ogółem: 49.68 g; Błonnik: 21.18 g; : 6.94 g; : 237.61 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , zupa mleczna z lanymi kluskami 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), sałata lodowa 20 g , szynka biała 80 g ,
II Śniadanie: biszkopty 30 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczerek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1801.69 kcal; Białko: 84.07 g; Węglowodany : 287.95 g; suma cukrów: 77.47 g; Tłuszcz: 37.94 g; Kw. tł. nas. ogółem: 9.63 g; Błonnik: 26.72 g; : 7.04 g; : 250.44 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 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 biała 60 g , pomidor 50 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1647.2 kcal; Białko: 64.74 g; Węglowodany : 216.44 g; suma cukrów: 63.85 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.5 g; Błonnik: 33.5 g; : 7.32 g; : 182.96 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 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 biała 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 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: 2103.61 kcal; Białko: 87.94 g; Węglowodany : 260.04 g; suma cukrów: 93.29 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 34.16 g; Błonnik: 30.03 g; : 7.34 g; : 225.29 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 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 biała 60 g , pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1432 kcal; Białko: 59.43 g; Węglowodany : 193.43 g; suma cukrów: 48.68 g; Tłuszcz: 49.2 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 22.25 g; Błonnik: 26 g; : 6.26 g; : 160.25 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 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 biała 80 g , ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1822.28 kcal; Białko: 88.55 g; Węglowodany : 213.47 g; suma cukrów: 39.62 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 30.75 g; Błonnik: 20.25 g; : 8.45 g; : 186.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 250 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos truskawkowy 100 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 60 g , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.78 kcal; Białko: 44.46 g; Węglowodany : 269.41 g; suma cukrów: 110.23 g; Tłuszcz: 116.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 54.12 g; Błonnik: 30.9 g; : 5.92 g; : 238.53 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), polędwica drobiowa 80 g , margaryna 20 g , ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 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 pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1822.61 kcal; Białko: 69.92 g; Węglowodany : 238.26 g; suma cukrów: 35.43 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.9 g; Błonnik: 24.79 g; : 7.85 g; : 213.48 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 400 g (<u>SEL,</u>), 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 (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: biszkopty 40 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: panacotta 200 g (<u>MLE,</u>),	

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 2025-10-13 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 250 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 499.9 kcal; Białko: 19.22 g; Węglowodany : 80.27 g; suma cukrów: 56.15 g; Tłuszcz: 13.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.32 g; Błonnik: 9.25 g; : .89 g; : 66.29 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL,</u>),	herbata 200 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , ser topiony w plastrach 50 g (<u>MLE</u>), polędwica drobiowa 20 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 200 g , gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 120 g , masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka biała 60 g , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.21 kcal; Białko: 73.4 g; Węglowodany : 261.96 g; suma cukrów: 57.26 g; Tłuszcz: 88.54 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.11 g; Błonnik: 24.65 g; : 7.86 g; : 237.1 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 60 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 baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g , jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), pomidor 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1778.19 kcal; Białko: 74.22 g; Węglowodany : 240.92 g; suma cukrów: 52.35 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.89 g; Błonnik: 32.05 g; : 7.53 g; : 208.9 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u>), polędwica drobiowa 80 g , margaryna 20 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 pszenny 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 20 g , szynka biała 60 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1814.02 kcal; Białko: 69.19 g; Węglowodany : 236.85 g; suma cukrów: 35.31 g; Tłuszcz: 73.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.88 g; Błonnik: 24.33 g; : 6.88 g; : 212.53 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u>), ser żółty 80 g (<u>MLE</u>), masło 15 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik WEGE 250 g (<u>SEL</u>), pierogi z serem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos truskawkowy 100 g , gotowana marchewka juniorka 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), ser żółty 80 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: biszkopty 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), gruszka pieczona 150 g ,	Podwieczorek: panacotta 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.27 kcal; Białko: 75.64 g; Węglowodany : 261.49 g; suma cukrów: 109.72 g; Tłuszcz: 127.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 67.1 g; Błonnik: 24.25 g; : 7.82 g; : 230.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 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 biała 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: 1279.11 kcal; Białko: 48.05 g; Węglowodany : 166.15 g; suma cukrów: 51.03 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.25 g; Błonnik: 14.28 g; : 3.76 g; : 144.67 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , polędwica drobiowa 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 biała 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: 2007.21 kcal; Białko: 68.36 g; Węglowodany : 273.59 g; suma cukrów: 49.96 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.29 g; Błonnik: 28.87 g; : 7.95 g; : 244.53 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (<u>SEL,</u>), pierogi z serem 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 biała 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: 2251.53 kcal; Białko: 76.86 g; Węglowodany : 240.31 g; suma cukrów: 75.95 g; Tłuszcz: 110.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 51.22 g; Błonnik: 22.28 g; : 6.93 g; : 210.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , 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 20 g , ketchup 30 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), surówka z kapusty białej tarta 150 g , sos biały 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 konserwowa 60 g ,
II Sniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.99 kcal; Białko: 92.76 g; Węglowodany : 248.04 g; suma cukrów: 55.64 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.82 g; Błonnik: 23.41 g; : 7.02 g; : 224.62 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiowy 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 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 konserwowa 80 g ,
II Sniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.97 kcal; Białko: 85.16 g; Węglowodany : 268.14 g; suma cukrów: 62.87 g; Tłuszcz: 73.63 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.94 g; Błonnik: 19.29 g; : 6.64 g; : 248.84 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiowy 100 g , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), szynka konserwowa 60 g ,
II Sniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1822.11 kcal; Białko: 81.94 g; Węglowodany : 290.82 g; suma cukrów: 79.94 g; Tłuszcz: 42.31 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.47 g; Błonnik: 19.85 g; : 5.47 g; : 270.96 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), ser twarogowy 100 g (<u>MLE,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , papryka 80 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.05 kcal; Białko: 92.76 g; Węglowodany : 218.95 g; suma cukrów: 55.82 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 43.18 g; Błonnik: 22.46 g; : 6.7 g; : 196.29 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka (2 sztuki) 60 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>), słonecznik 30 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.81 kcal; Białko: 82.59 g; Węglowodany : 214.42 g; suma cukrów: 25.59 g; Tłuszcz: 91.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 41.17 g; Błonnik: 22.3 g; : 6.59 g; : 187.18 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), jajko gotowane 2 szt (<u>JAJ,</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 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 200 g , sos biały 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 40 g ,	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1740.33 kcal; Białko: 80.61 g; Węglowodany : 221.2 g; suma cukrów: 23.95 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.8 g; Błonnik: 20.38 g; : 6.42 g; : 200.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 makaronem 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: kefir naturalny 200 ml (<u>MLE, _</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.01 kcal; Białko: 109.63 g; Węglowodany : 243.06 g; suma cukrów: 43.06 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.81 g; Błonnik: 18.09 g; : 8.01 g; : 224.76 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 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 , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 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: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1898.55 kcal; Białko: 58.25 g; Węglowodany : 286.85 g; suma cukrów: 68.38 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 31.58 g; Błonnik: 21.95 g; : 5.23 g; : 264.89 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1795.17 kcal; Białko: 92.75 g; Węglowodany : 203.23 g; suma cukrów: 12.49 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.42 g; Błonnik: 17.79 g; : 7.52 g; : 185.45 g;

wtorek 2025-10-14 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 , schab gotowany II danie bez selera 250 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 250 g , margaryna 40 g ,	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,
II Śniadanie: budyń śmietankowy 200 g (<u>MLE, _</u>), serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: mus jabłkowy 400 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.65 kcal; Białko: 135.02 g; Węglowodany : 224.36 g; suma cukrów: 119.2 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.67 g; Błonnik: 17.72 g; : 3.13 g; : 206.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14 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 ziemniaczana 400 g (MLE, SEL,),	herbata 200 g , smoothie jabłkowo bananowe 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 527.27 kcal; Białko: 19.42 g; Węglowodany : 71.55 g; suma cukrów: 44.94 g; Tłuszcz: 19.41 g; Kw. tł. nas. ogółem: 9.64 g; Błonnik: 4.98 g; : .93 g; : 61.84 g;

wtorek 2025-10-14 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;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , sałata lodowa 20 g , szynka wieprzowa 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: wafle ryżowe z mussem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.26 kcal; Białko: 104.08 g; Węglowodany : 223.43 g; suma cukrów: 39.66 g; Tłuszcz: 79.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.84 g; Błonnik: 14.61 g; : 6.82 g; : 208.63 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 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 wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe z mussem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1685.38 kcal; Białko: 68.32 g; Węglowodany : 208.74 g; suma cukrów: 26.19 g; Tłuszcz: 70 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.68 g; Błonnik: 19.11 g; : 6.98 g; : 189.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka wieprzowa 60 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), szynka konserwowa 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: 1819.77 kcal; Białko: 69.29 g; Węglowodany : 251.86 g; suma cukrów: 11.53 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 23.77 g; Błonnik: 19.84 g; : 6.71 g; : 224.83 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 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 makaronem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), zapiekane warzywa pod beszamelem 300 g (<u>GLU, MLE,</u>), sos czosnkowy 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: chrupki kukurydziane 20 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.38 kcal; Białko: 79.4 g; Węglowodany : 222.24 g; suma cukrów: 55.43 g; Tłuszcz: 108.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 49.45 g; Błonnik: 26.14 g; : 8.42 g; : 190.18 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 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 , zupa mleczna z makaronem 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 150 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , schab gotowany 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 konserwowa 60 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1378.84 kcal; Białko: 79.83 g; Węglowodany : 166.77 g; suma cukrów: 43.66 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.7 g; Błonnik: 12.76 g; : 4.14 g; : 154.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka wieprzowa 80 g , rzodkiewka (2 sztuki) 60 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana BM 350 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , schab gotowany II danie bez selera 120 g (<u>SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos biały BM/bg 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka konserwowa 80 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1865.73 kcal; Białko: 82.54 g; Węglowodany : 212.16 g; suma cukrów: 25.15 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.03 g; Błonnik: 15.32 g; : 7.01 g; : 196.66 g;

wtorek 2025-10-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 makaronem 100 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 150 g , pulpety wieprzowe 120 g (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>), gotowany burak 150 g , sos biały 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 konserwowa 80 g ,	
II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20 g , serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: wafle ryżowe z musem jabłkowym 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.21 kcal; Białko: 84.8 g; Węglowodany : 248.57 g; suma cukrów: 44.55 g; Tłuszcz: 80.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.79 g; Błonnik: 19.19 g; : 6.77 g; : 229.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa z fasolki szparagowej 250 g (MLE, SEL, _), pierogi z mięsem 250 g (GLU, JAJ, _), sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE, _),	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: rogal mleczny 100g 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, _),	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.37 kcal; Białko: 50.55 g; Węglowodany : 255.81 g; suma cukrów: 75.06 g; Tłuszcz: 100.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.25 g; Błonnik: 18.75 g; : 5.57 g; : 235.99 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE, _), 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: rogal mleczny 100g 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, _),	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.55 kcal; Białko: 85.26 g; Węglowodany : 305.68 g; suma cukrów: 51.65 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.9 g; Błonnik: 18.93 g; : 7.21 g; : 285.67 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), szynka wieprzowa 80 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL, _), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE, _),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: rogal mleczny 100g 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, _),	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1931.48 kcal; Białko: 85.67 g; Węglowodany : 303.64 g; suma cukrów: 52.39 g; Tłuszcz: 42.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.77 g; Błonnik: 19.04 g; : 6.99 g; : 283.53 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
---	--	--

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 koperkowa 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: 1871.51 kcal; Białko: 73.15 g; Węglowodany : 257.98 g; suma cukrów: 63.86 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.34 g; Błonnik: 33.62 g; : 6 g; : 224.35 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
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 koperkowa 250 g (SEL,), ryż brązowy 130 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: 1823.15 kcal; Białko: 77.42 g; Węglowodany : 228.16 g; suma cukrów: 46.82 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.8 g; Błonnik: 31.06 g; : 6.14 g; : 192.36 g;

środa 2025-10-15 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 koperkowa 250 g (SEL,), ryż 150 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE,), 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 150 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1620.89 kcal; Białko: 68.42 g; Węglowodany : 203.4 g; suma cukrów: 36.35 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.87 g; Błonnik: 19.19 g; : 5.59 g; : 183.12 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 koperkowa 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE,), 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: rogal mleczny 100g 100 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,),	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.26 kcal; Białko: 95.56 g; Węglowodany : 295.88 g; suma cukrów: 47.11 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.09 g; Błonnik: 18.59 g; : 8.34 g; : 276.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), szynka wieprzowa 60 g , masło 15 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u> ,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (<u>MLE</u> ,), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> ,), masło 15 g (<u>MLE</u> ,), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwinowy 150 g ,			
II Śniadanie: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> ,),	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u> ,),				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.66 kcal; Białko: 65.37 g; Węglowodany : 317 g; suma cukrów: 84.99 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.44 g; Błonnik: 20.46 g; : 5.5 g; : 295.47 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u> ,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> ,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972.58 kcal; Białko: 80.79 g; Węglowodany : 228.96 g; suma cukrów: 25.51 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 18.89 g; Błonnik: 16.43 g; : 6.53 g; : 212.53 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata		
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	zupa koperkowa 400 g (<u>SEL</u> ,), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 200 g , pieczone udko z kurczaka 200 g , gotowany burak 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: 1535.19 kcal; Białko: 59.63 g; Węglowodany : 175.21 g; suma cukrów: 85.18 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.82 g; Błonnik: 19.95 g; : 1.95 g; : 155.31 g;

środa 2025-10-15			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 wywar warzywny 250 g (<u>SEL</u> ,),	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. tłu. nas. ogółem: 5.37 g; Błonnik: 9.22 g; : .85 g; : 74.64 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,),	herbata 200 g ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL, _</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (<u>MLE, _</u>), sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1786.68 kcal; Białko: 63.45 g; Węglowodany : 230.29 g; suma cukrów: 30.96 g; Tłuszcz: 68.7 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.89 g; Błonnik: 16.5 g; : 6.07 g; : 212.51 g;

środa 2025-10-15		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL, _</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g , sos potrawkowy 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 20 g , schab wiśniowy 90 g , sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: gruszka 150 g ,	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1817.12 kcal; Białko: 77.13 g; Węglowodany : 204.26 g; suma cukrów: 30.2 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.26 g; Błonnik: 19.55 g; : 6.51 g; : 184.71 g;

środa 2025-10-15		Jadłospis dla diety: Biegunkowa	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 30 g , szynka wieprzowa 80 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL, _</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 150 g , sos potrawkowy BM/BG 50 g (<u>SEL, _</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU, _</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 90 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	
II Śniadanie: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, _</u>),	Podwieczerek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.37 kcal; Białko: 92.91 g; Węglowodany : 318.39 g; suma cukrów: 47.81 g; Tłuszcz: 110.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 22.36 g; Błonnik: 19.1 g; : 7.95 g; : 299.3 g;

środa 2025-10-15		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), dżem brzoskwiniowy 100 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (<u>MLE, _</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL, _</u>), cukinia zapiekana z fetą 300 g (<u>MLE, SEL, _</u>), sos tzatziki 50 g (<u>MLE, _</u>),	chleb razowy 70 g (<u>GLU, _</u>), masło 15 g (<u>MLE, _</u>), sałata lodowa 20 g , dżem brzoskwiniowy 100 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU, _</u>),	
II Śniadanie: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, _</u>),	Podwieczerek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.78 kcal; Białko: 41.74 g; Węglowodany : 303.91 g; suma cukrów: 117.85 g; Tłuszcz: 90.77 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.47 g; Błonnik: 23.96 g; : 5.6 g; : 278.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenney 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 kukurudzią 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 150 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 100 g (<u>MLE,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenney 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: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</u>),	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1560.36 kcal; Białko: 61.71 g; Węglowodany : 212.03 g; suma cukrów: 49.2 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.95 g; Błonnik: 13.46 g; : 4.52 g; : 197.86 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
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 koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , gotowany burak 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: 2038.59 kcal; Białko: 67.8 g; Węglowodany : 261.18 g; suma cukrów: 61.62 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.54 g; Błonnik: 16.19 g; : 6.61 g; : 244.79 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenney 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 kukurudzią 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 150 g (<u>MLE,</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenney 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), dżem brzoskwiniowy 150 g , schab wiśniowy 60 g ,
II Śniadanie: rogal mleczny 100g 100 g (<u>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</u>),	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.07 kcal; Białko: 94.47 g; Węglowodany : 346.22 g; suma cukrów: 88.04 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.25 g; Błonnik: 20.39 g; : 7.97 g; : 324.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 200 g (MLE, SEL,), makaron z twarożkiem 300 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 jajeczna 100 g (JAJ, MLE, GOR,), sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: arbuz 150 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.55 kcal; Białko: 125.57 g; Węglowodany : 298.16 g; suma cukrów: 74.17 g; Tłuszcz: 89.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.43 g; Błonnik: 21.53 g; : 7.53 g; : 271.43 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, SEL,), makaron z twarożkiem 250 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta jajeczna 100 g (JAJ, MLE, GOR,), herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.56 kcal; Białko: 115.48 g; Węglowodany : 310.68 g; suma cukrów: 84.3 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.4 g; Błonnik: 23.33 g; : 7.15 g; : 286.9 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, SEL,), makaron z twarożkiem 250 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka gotowana 80 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczerek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.98 kcal; Białko: 99.76 g; Węglowodany : 309.73 g; suma cukrów: 84.54 g; Tłuszcz: 35.24 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.79 g; Błonnik: 23.85 g; : 6.69 g; : 285.88 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, 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 jajeczna 50 g (JAJ, MLE, GOR,), ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1936.53 kcal; Białko: 96.96 g; Węglowodany : 251.81 g; suma cukrów: 74.46 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.55 g; Błonnik: 20.14 g; : 5.84 g; : 228.44 g;

Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
czwartek 2025-10-16		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , masło 15 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g ,	kompot 200ml BC 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , surówka z marchewki tarta 100 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , pasta jajeczna 50 g (JAJ, MLE, GOR,), ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 300 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,), pestki dyni 20 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1896.34 kcal; Białko: 95.31 g; Węglowodany : 206.82 g; suma cukrów: 66.28 g; Tłuszcz: 84.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.71 g; Błonnik: 24.97 g; : 6.57 g; : 172.17 g;

Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
czwartek 2025-10-16		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 60 g , masło 15 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, SEL,), makaron z twarogiem 200 g (GLU, MLE,), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , pasta jajeczna 50 g (JAJ, MLE, GOR,), ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1815.61 kcal; Białko: 90.6 g; Węglowodany : 233.06 g; suma cukrów: 73.61 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.38 g; Błonnik: 21.42 g; : 5.82 g; : 211.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 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 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , surówka z marchewki tarta 100 g , gotowane udko bez selera 240 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.88 kcal; Białko: 104.3 g; Węglowodany : 251.07 g; suma cukrów: 65.49 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.22 g; Błonnik: 25.09 g; : 7.07 g; : 225.98 g;

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
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 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (MLE, 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,), pasta jajeczna 50 g (JAJ, MLE, GOR,), dżem brzoskwiniowy 50 g , ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2155.02 kcal; Białko: 90.15 g; Węglowodany : 317.91 g; suma cukrów: 102.34 g; Tłuszcz: 66.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.27 g; Błonnik: 25.13 g; : 5.55 g; : 292.56 g;

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,	kompot 200ml 200 g , Zupa rosół wywar (płynna) 350 g (GLU, SEL,), gotowane udko bez selera 120 g , gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 200 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 ,	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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 400 g (<u>GLU, MLE, _</u>),	zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 400 g (<u>MLE, 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: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1776.72 kcal; Białko: 82.66 g; Węglowodany : 209.47 g; suma cukrów: 103.22 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.56 g; Błonnik: 26.68 g; : 3.04 g; : 182.81 g;

czwartek 2025-10-16		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 krem ziemniaczano kalafiorowy 400 g (<u>MLE, SEL, _</u>),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 652.08 kcal; Białko: 22.28 g; Węglowodany : 106.31 g; suma cukrów: 70.99 g; Tłuszcz: 18.05 g; Kw. tł. nas. ogółem: 6.9 g; Błonnik: 12.06 g; : 1.05 g; : 89.52 g;

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Płynna	
herbata 200 g , chrupki kukurydziane 10 g	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU, SEL, _</u>), 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 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , 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 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (<u>MLE, SEL, _</u>), makaron B/G z twarogiem 250 g (<u>MLE, _</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (<u>MLE, _</u>), szynka gotowana 60 g , pasta jajeczna 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>), ogórek kiszony 20 g ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE, _</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083.5 kcal; Białko: 91.26 g; Węglowodany : 251.99 g; suma cukrów: 83.19 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.65 g; Błonnik: 18.91 g; : 7.07 g; : 232.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g , chrupki kukurydziane 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (<u>SEL,</u>), gotowane udko bez selera 120 g , surówka z marchewki tarta 200 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , szynka gotowana 80 g , ogórek kiszony 40 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1767.67 kcal; Białko: 70.17 g; Węglowodany : 254.25 g; suma cukrów: 82.13 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14 g; Błonnik: 29.29 g; : 6.68 g; : 224.97 g;

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Biegunkowa
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , schab wiśniowy 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), gotowane udko z kurczaka 120 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , ziemniaki gotowane 150 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: 2029.28 kcal; Białko: 78.19 g; Węglowodany : 268.21 g; suma cukrów: 48.44 g; Tłuszcz: 86.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.6 g; Błonnik: 25.69 g; : 6.45 g; : 242.53 g;

czwartek 2025-10-16		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli
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 100 g (<u>GLU, 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, 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 jajeczna 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), 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 , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2369.09 kcal; Białko: 97.83 g; Węglowodany : 292.23 g; suma cukrów: 79 g; Tłuszcz: 102.86 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 44.91 g; Błonnik: 24.01 g; : 7.27 g; : 263.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-16 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, MLE,</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 100 g (<u>MLE, 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 twarogowa z jajkiem 30 g (<u>JAJ, MLE,</u>),
II Śniadanie: jabłko 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1325.45 kcal; Białko: 64.06 g; Węglowodany : 180.46 g; suma cukrów: 57.26 g; Tłuszcz: 42.11 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.67 g; Błonnik: 17.14 g; : 4.03 g; : 163.32 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
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 wywar warzywny 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 , ogórek kiszony 20 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: pomarańczko 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1783.99 kcal; Białko: 63.26 g; Węglowodany : 232.4 g; suma cukrów: 53.37 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 14.67 g; Błonnik: 23.82 g; : 6.94 g; : 208.39 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (<u>GLU, MLE,</u>), papryka 20 g , chrupki kukurydziane 10 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem ziemniaczano kalafiorowy 250 g (<u>MLE, SEL,</u>), makaron z twarogiem 250 g (<u>GLU, MLE,</u>), surówka z marchewki tarta 100 g , mus z brzoskwiń 50 g ,	pasta jajeczna 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>), 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 , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.96 kcal; Białko: 95 g; Węglowodany : 334.5 g; suma cukrów: 100.37 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 24.16 g; Błonnik: 24.19 g; : 6.12 g; : 310.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , paluszki rybne 120 g (GLU, JAJ, RYB, MIE,), surówka z kapusty modrej 150 g ,	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: pomarańczko 200 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: koktajl truskawkowy 200 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.7 kcal; Białko: 81.64 g; Węglowodany : 253.55 g; suma cukrów: 66.56 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.49 g; Błonnik: 22.99 g; : 5.45 g; : 198.13 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g ,
II Sniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.4 kcal; Białko: 97.56 g; Węglowodany : 253.01 g; suma cukrów: 61.48 g; Tłuszcz: 93.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.46 g; Błonnik: 26.65 g; : 7.11 g; : 220.15 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,), zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filec z dorsza bez selera 150 g (RYB, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), polędwica drobiowa 60 g ,
II Sniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.15 kcal; Białko: 111.24 g; Węglowodany : 249.98 g; suma cukrów: 62.47 g; Tłuszcz: 55.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 8.52 g; Błonnik: 26.08 g; : 7 g; : 217.68 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 100 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.12 kcal; Białko: 93.26 g; Węglowodany : 225.66 g; suma cukrów: 60.09 g; Tłuszcz: 93.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.37 g; Błonnik: 28.93 g; : 6.67 g; : 190.52 g;

piątek 2025-10-17		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , salata masłowa 20 g , serek granii 100 g (MLE,),	kompot 200ml BC 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 105 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	Posiłek nocny: kefir naturalny 200 ml (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 90 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.35 kcal; Białko: 98.29 g; Węglowodany : 230.42 g; suma cukrów: 62.18 g; Tłuszcz: 86.4 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.59 g; Błonnik: 32.58 g; : 6.84 g; : 191.43 g;

piątek 2025-10-17		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 60 g , masło 15 g (MLE,), pomidor 50 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1657.04 kcal; Białko: 76.51 g; Węglowodany : 178.45 g; suma cukrów: 57.1 g; Tłuszcz: 79.8 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.67 g; Błonnik: 23.85 g; : 5.93 g; : 149.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
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 grani 100 g (<u>MLE,</u>), zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy 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: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.1 kcal; Białko: 103.52 g; Węglowodany : 238.78 g; suma cukrów: 52.45 g; Tłuszcz: 93.37 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.05 g; Błonnik: 23.68 g; : 7.48 g; : 208.89 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 60 g , masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), pieczone warzywa 150 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g ,	
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1738.8 kcal; Białko: 66.48 g; Węglowodany : 228.02 g; suma cukrów: 71.5 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.53 g; Błonnik: 27.67 g; : 5.26 g; : 200.35 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna/ Pooperacyjna	
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 warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1751.71 kcal; Białko: 79.43 g; Węglowodany : 215.82 g; suma cukrów: 35.37 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.77 g; Błonnik: 23.16 g; : 6.97 g; : 192.66 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna częściowo rozdrobiona / papkowata	
herbata 200 g , kaszka manna 350 g (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa warzywna z koperkiem bm/bg 300 g (<u>SEL,</u>), kompot 200ml 200 g , ziemniaki gotowane 250 g , piers z kurczka gotowana bez selera 250 g (<u>SEL,</u>), gotowana marchewka juniorka 250 g , margaryna 30 g ,	herbata 200 g , kisiel wisniowy 300 g ,	
II Śniadanie: biszkopty 60 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: mus gruszkowo jabłkowy 300 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1806.35 kcal; Białko: 100.34 g; Węglowodany : 254.66 g; suma cukrów: 107.5 g; Tłuszcz: 48.28 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.55 g; Błonnik: 25.37 g; : 3.12 g; : 207.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-17 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 warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,),	herbata 200 g , smoothie bananowe 300 g , mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 551.84 kcal; Białko: 19.68 g; Węglowodany : 93.05 g; suma cukrów: 69.74 g; Tłuszcz: 13.59 g; Kw. tł. nas. ogółem: 5.39 g; Błonnik: 10.48 g; : .89 g; : 77.86 g;

piątek 2025-10-17 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;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), szynka biała 80 g , pomidor 100 g , sałata lodowa 20 g , serek grani 100 g (MLE,), zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.1 kcal; Białko: 99.86 g; Węglowodany : 257.41 g; suma cukrów: 62.01 g; Tłuszcz: 100.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.8 g; Błonnik: 23.97 g; : 7.78 g; : 227.04 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bezsmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), margaryna 20 g , szynka biała 80 g , pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1771.09 kcal; Białko: 85.04 g; Węglowodany : 199.22 g; suma cukrów: 51.91 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.71 g; Błonnik: 28.86 g; : 7.33 g; : 170.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
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 warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIE,), gotowana marchewka juniorka 150 g , sos potrawkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , chrupki kukurydziane 20 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.54 kcal; Białko: 85.71 g; Węglowodany : 264.38 g; suma cukrów: 62.55 g; Tłuszcz: 93.11 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.23 g; Błonnik: 24.02 g; : 7.18 g; : 240.36 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 30 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), serek granii 100 g (MLE,), pomidor 100 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	surówka z kapusty modrej 150 g , kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , jajko sadzone 50 g (JAJ,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), pieczony burak 50 g , dżem brzoskwinowy 50 g , chleb baltonowski 30 g (GLU,),
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1933.66 kcal; Białko: 58.36 g; Węglowodany : 248.7 g; suma cukrów: 79.01 g; Tłuszcz: 94.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.06 g; Błonnik: 24.05 g; : 4.08 g; : 218.43 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Roczna		
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 100 g (SEL,), ziemniaki gotowane 100 g , piers z kurczka gotowana bez selera 50 g (SEL,), gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwinowy 30 g , polędwica drobiowa 40 g , pieczony burak 40 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g ,	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1234.8 kcal; Białko: 51.24 g; Węglowodany : 172.93 g; suma cukrów: 57.2 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.99 g; Błonnik: 15.9 g; : 4.23 g; : 157.02 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , szynka biała 60 g , pomidor 50 g , dżem brzoskwinowy 100 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 120 g (RYB, MIE,), pieczone warzywa 150 g (SEL,), sos potrawkowy BM/BG 30 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 80 g , pieczony burak 50 g ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2050.72 kcal; Białko: 72.68 g; Węglowodany : 258.26 g; suma cukrów: 84.79 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.53 g; Błonnik: 26.11 g; : 7.09 g; : 231.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kawsów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka biała 60 g , pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (RYB, MIĘ,), pieczone warzywa 200 g (SEL,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pieczony burak 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), dżem brzoskwinowy 50 g , polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: wafle ryżowe 2szt 40 g , jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.7 kcal; Białko: 88.14 g; Węglowodany : 273.98 g; suma cukrów: 82.77 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 23.11 g; Błonnik: 29.59 g; : 7.18 g; : 239.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE),	zupa ogórkowa 250 g (MLE, SEL), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL), groszek gotowany 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL), sałata lodowa 20 g ,
II Sniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.08 kcal; Białko: 89.6 g; Węglowodany : 250.86 g; suma cukrów: 44.07 g; Tłuszcz: 103.61 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 38.89 g; Błonnik: 31.34 g; : 7.86 g; : 219.52 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE),	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL), cukinia gotowana 200 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL), zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), masło 15 g (MLE), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Sniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1818.23 kcal; Białko: 92.16 g; Węglowodany : 251.09 g; suma cukrów: 41.73 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 25.12 g; Błonnik: 22.83 g; : 7.63 g; : 228.27 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 200 g (GLU, MLE), dżem brzoskwiniowy 50 g ,	kompot 200ml 200 g , ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 200 g (SEL), cukinia gotowana 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU), polędwica drobiowa 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Sniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1848.26 kcal; Białko: 119.15 g; Węglowodany : 292.24 g; suma cukrów: 63.54 g; Tłuszcz: 24.98 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 6.42 g; Błonnik: 25.24 g; : 7.31 g; : 267.01 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE),	zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), kompot 200ml 200 g , ryż brązowy 150 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU), herbata 200 g , masło 15 g (MLE), polędwica drobiowa 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: 1831.91 kcal; Białko: 67.52 g; Węglowodany : 230.06 g; suma cukrów: 61.08 g; Tłuszcz: 74.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.36 g; Błonnik: 30.42 g; : 6.84 g; : 199.65 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
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 wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż brązowy 100 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL,), surówka coleslaw 150 g ,	chleb razowy 105 g (GLU,), herbata 200 g , masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 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: 1866.2 kcal; Białko: 70.2 g; Węglowodany : 221.51 g; suma cukrów: 54.68 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 25.08 g; Błonnik: 31.43 g; : 6.78 g; : 185.35 g;

sobota 2025-10-18 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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 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,), polędwica drobiowa 30 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1330.47 kcal; Białko: 73.17 g; Węglowodany : 185.33 g; suma cukrów: 41.43 g; Tłuszcz: 34.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.45 g; Błonnik: 20.39 g; : 5.26 g; : 164.94 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 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,), polędwica drobiowa 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: 1818.33 kcal; Białko: 87.78 g; Węglowodany : 268.28 g; suma cukrów: 40.97 g; Tłuszcz: 45.98 g; Kw. tł. nas. ogółem: 21.97 g; Błonnik: 23.84 g; : 7.39 g; : 244.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 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: 1628.9 kcal; Białko: 42.6 g; Węglowodany : 212.62 g; suma cukrów: 36.7 g; Tłuszcz: 69.33 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.07 g; Błonnik: 19.03 g; : 4.65 g; : 193.6 g;

sobota 2025-10-18 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 wiosenna krem BG/BM 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 (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), margaryna 20 g , polędwica drobiowa 60 g , wafle ryżowe 2szt 40 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1663.56 kcal; Białko: 79.55 g; Węglowodany : 209.93 g; suma cukrów: 31.66 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nas. ogółem: 11.94 g; Błonnik: 19.67 g; : 6.38 g; : 190.27 g;

sobota 2025-10-18 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 wiosenna krem BG/BM 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: 1813.39 kcal; Białko: 109.17 g; Węglowodany : 241.14 g; suma cukrów: 123.69 g; Tłuszcz: 50.44 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.31 g; Błonnik: 21.57 g; : 3.3 g; : 210.12 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna płynna/ płynna wzmocniona		
herbata 200 g , mleko świeże 2% 300 ml (MLE,), jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	zupa wiosenna krem BG/BM 400 g (SEL,), kompot 200ml 200 g ,	koktajl gruszkowy 300 g (MLE,), mus jabłkowy 300 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 741.04 kcal; Białko: 29.43 g; Węglowodany : 111.3 g; suma cukrów: 73.86 g; Tłuszcz: 22.66 g; Kw. tł. nas. ogółem: 7.74 g; Błonnik: 12.34 g; : 1.4 g; : 87.11 g;

sobota 2025-10-18 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 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
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 , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL), groszek gotowany 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL),	chleb bezglutenowy 100 g , herbata 200 g , masło 15 g (MLE), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.47 kcal; Białko: 66.4 g; Węglowodany : 276.68 g; suma cukrów: 37.55 g; Tłuszcz: 91.01 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.82 g; Błonnik: 29.48 g; : 5.94 g; : 247 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), ryż 150 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL), cukinia gotowana 150 g ,	chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), herbata 200 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 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: 1580.86 kcal; Białko: 58.2 g; Węglowodany : 213.74 g; suma cukrów: 39.21 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.14 g; Błonnik: 21.68 g; : 6.48 g; : 192.06 g;

sobota 2025-10-18		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 100 g (GLU, MLE),	zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL), ziemniaki gotowane 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 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), polędwica drobiowa 60 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1590.9 kcal; Białko: 81.71 g; Węglowodany : 209.8 g; suma cukrów: 33.61 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nas. ogółem: 24.4 g; Błonnik: 21.3 g; : 6.74 g; : 188.51 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU), chleb baltonowski 30 g (GLU), masło 15 g (MLE), ogórek zielony 50 g , ser żółty 80 g (MLE), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (SEL), risotto z burakami 350 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 30 g (GLU), chleb razowy 70 g (GLU), masło 15 g (MLE), pasta z ciecierzycy z pomidorami 100 g (SEL), sałata lodowa 20 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1832.83 kcal; Białko: 48.8 g; Węglowodany : 218.85 g; suma cukrów: 37.4 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.09 g; Błonnik: 18.48 g; : 5.77 g; : 200.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-18		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 100 g (<u>GLU, 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 wiosenna krem BG/BM 150 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 40 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 60 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1020.08 kcal; Białko: 49.77 g; Węglowodany : 143.58 g; suma cukrów: 28.32 g; Tłuszcz: 28.89 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.05 g; Błonnik: 14.9 g; : 3.68 g; : 128.69 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 , kurczak słodko kwaśny 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , polędwica drobiowa 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: 1805.86 kcal; Białko: 50.93 g; Węglowodany : 250.84 g; suma cukrów: 37.25 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 12.31 g; Błonnik: 19.74 g; : 6.64 g; : 230.9 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (<u>GLU, MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (<u>SEL,</u>), ryż 150 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (<u>SEL,</u>), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 10 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,	
II Śniadanie: banan 120 g ,		Podwieczorek: chrupki kukurydziane 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1738.3 kcal; Białko: 86.25 g; Węglowodany : 259.23 g; suma cukrów: 40.47 g; Tłuszcz: 41.87 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.16 g; Błonnik: 24.19 g; : 6.76 g; : 235.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa 10-18 lat / Dorośli		
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 brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 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 wiosenna 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 Śniadanie: jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.54 kcal; Białko: 101.45 g; Węglowodany : 258.74 g; suma cukrów: 60.23 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.24 g; Błonnik: 34.98 g; : 7.98 g; : 223.75 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 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 , pieczone warzywa 150 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 60 g (MLE,), sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.97 kcal; Białko: 103.55 g; Węglowodany : 269.97 g; suma cukrów: 63.46 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 33.42 g; Błonnik: 25.1 g; : 7.57 g; : 240.15 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 10-18 lat / Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wywar warzywny 250 g (SEL,), schab gotowany II danie 120 g (SEL,), kasza jaglana 200 g , gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), 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: 1880.91 kcal; Białko: 108.21 g; Węglowodany : 265.04 g; suma cukrów: 64.62 g; Tłuszcz: 45.68 g; Kw. tł. nas. ogółem: 13.97 g; Błonnik: 24.46 g; : 5.79 g; : 235.87 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 wiosenna 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: 1916.46 kcal; Białko: 94.74 g; Węglowodany : 235.11 g; suma cukrów: 44.83 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 33.28 g; Błonnik: 26.83 g; : 7.79 g; : 208.29 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 10-18 lat / Dorośli		
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 100 g , surówka wiosenna 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: 2143.05 kcal; Białko: 115.45 g; Węglowodany : 221.32 g; suma cukrów: 49.15 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39.98 g; Błonnik: 26.93 g; : 7.44 g; : 189.66 g;

niedziela 2025-10-19 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 100 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 , pieczone warzywa 150 g (SEL,),	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: 1837.43 kcal; Białko: 100.38 g; Węglowodany : 202.15 g; suma cukrów: 48.35 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.21 g; Błonnik: 23.18 g; : 6.49 g; : 174.25 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 100 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 , pieczone warzywa 150 g (SEL,),	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: 2266.32 kcal; Białko: 121.5 g; Węglowodany : 265.93 g; suma cukrów: 62.2 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 32.07 g; Błonnik: 22.49 g; : 8.79 g; : 238.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-19			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa normokaloryczna/ niskobiałkowa 10-18 lat / Dorośli		
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 , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> ,_) ,	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: 2024.11 kcal; Białko: 63.93 g; Węglowodany : 302.2 g; suma cukrów: 60.09 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.09 g; Błonnik: 29.25 g; : 4.45 g; : 268.23 g;

niedziela 2025-10-19			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> ,_) , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u> ,_) , 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 ,			
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,			Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,_) ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.16 kcal; Białko: 98.2 g; Węglowodany : 263.58 g; suma cukrów: 32.46 g; Tłuszcz: 91.58 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 17.73 g; Błonnik: 23.54 g; : 8.51 g; : 240.06 g;

niedziela 2025-10-19			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 , pieczone warzywa 200 g (<u>SEL</u> ,_) , 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: 1863.16 kcal; Białko: 117.3 g; Węglowodany : 187.36 g; suma cukrów: 80.94 g; Tłuszcz: 76.8 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.72 g; Błonnik: 22.6 g; : 6.56 g; : 160.06 g;

niedziela 2025-10-19			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 ,			
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,			Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,_) ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 849.77 kcal; Białko: 31 g; Węglowodany : 144.54 g; suma cukrów: 98.15 g; Tłuszcz: 18.88 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 8.23 g; Błonnik: 10.55 g; : 1.28 g; : 129.27 g;

niedziela 2025-10-19			Jadłospis dla diety: Płynna		
herbata 200 g ,	Zupa rosół wywar (płynna) 500 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,_) ,	herbata 200 g ,			
II Śniadanie: mus jabłkowy 300 g ,			Podwieczorek: jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,_) ,		

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa 10-18 lat / Dorośli	
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 , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	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: 2241.19 kcal; Białko: 92.64 g; Węglowodany : 277.97 g; suma cukrów: 55.18 g; Tłuszcz: 86.49 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.57 g; Błonnik: 22.14 g; : 8.79 g; : 250.92 g;

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
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 , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	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: 2060.79 kcal; Białko: 93.9 g; Węglowodany : 255.98 g; suma cukrów: 61.59 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 16.51 g; Błonnik: 27.66 g; : 8.17 g; : 228.35 g;

niedziela 2025-10-19		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 , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	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: 2036.34 kcal; Białko: 96.19 g; Węglowodany : 250.85 g; suma cukrów: 27.26 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 28.97 g; Błonnik: 26.01 g; : 8.3 g; : 224.86 g;

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Wegetariańska 10-18 lat / Dorośli	
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 100 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 wiosenna 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: 1927.92 kcal; Białko: 70.92 g; Węglowodany : 281.63 g; suma cukrów: 64.17 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 29.07 g; Błonnik: 25.03 g; : 4.35 g; : 251.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Roczna	
herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (<u>GLU</u>), schab wiśniowy 40 g , pomidor bs 50 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), konfitowany schab 60 g , ziemniaki gotowane 100 g , pieczone warzywa 50 g (<u>SEL</u>),	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: 1195.7 kcal; Białko: 59.42 g; Węglowodany : 158.65 g; suma cukrów: 46.09 g; Tłuszcz: 37.23 g; Kw. tł. nas. ogółem: 14.82 g; Błonnik: 13.39 g; : 4.82 g; : 140.54 g;

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa, bezmleczna 10-18 lat / Dorośli	
herbata 200 g , chleb bezglutenowy 100 g , margaryna 20 g , 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 , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	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: 2230.03 kcal; Białko: 87.38 g; Węglowodany : 277.91 g; suma cukrów: 59.56 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 16.87 g; Błonnik: 24.32 g; : 8.71 g; : 253.41 g;

niedziela 2025-10-19		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 10-18 lat / Dorośli	
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 brzoskwiniowy 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), konfitowany schab 120 g , kasza jaglana 200 g , pieczone warzywa 150 g (<u>SEL</u>),	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: 2287.66 kcal; Białko: 112.54 g; Węglowodany : 285.89 g; suma cukrów: 64.86 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nas. ogółem: 30.08 g; Błonnik: 25.76 g; : 7.82 g; : 255.41 g;