

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , lecho z kielbasą 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2406.26 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; suma cukrów prostych: 83.14 g; Błonnik pokarmowy: 51.42 g; Sól: 6.67 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 187.05 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), lecho z kielbasą 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>), Ryż biały na sypko 250 g , jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2771.83 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 93.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.9 g; Węglowodany ogółem: 383.36 g; suma cukrów prostych: 103.82 g; Błonnik pokarmowy: 57.7 g; Sól: 6.99 g; WW: 32.83 Por; Cholesterol: 207.05 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłkiem i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), wędlina 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2350.68 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sól: 4.8 g; WW: 29.88 Por; Cholesterol: 218.74 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), papryka świeża 100 g , sałata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2460.1 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 4.59 g; WW: 31 Por; Cholesterol: 222.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), papryka świeża 100 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2460.1 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 4.59 g; WW: 31 Por; Cholesterol: 222.93 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), salata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2372.8 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 61.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.2 g; Węglowodany ogółem: 337.6 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g; Sól: 4.5 g; WW: 31.78 Por; Cholesterol: 201.34 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pierogi z serem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1622.96 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 56.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 201.75 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Błonnik pokarmowy: 14.86 g; Sól: 1.89 g; WW: 18.79 Por; Cholesterol: 187.05 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pierogi z serem 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>),	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2080.73 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 257.49 g; suma cukrów prostych: 83.68 g; Błonnik pokarmowy: 16.66 g; Sól: 2.02 g; WW: 24.16 Por; Cholesterol: 267.94 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pierogi z serem 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z truskawki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2749.93 kcal; Białko ogółem: 121.79 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; suma cukrów prostych: 99.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.37 g; Sól: 3.73 g; WW: 36.18 Por; Cholesterol: 293.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.9 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; Sól: 5.19 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 231.26 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE,</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), Ryż brązowy na sypko 100 g , salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>), salata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1893.01 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 204.85 g; suma cukrów prostych: 52.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; Sól: 4.89 g; WW: 17.46 Por; Cholesterol: 543.99 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>), salata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2519.25 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 96.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.13 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; suma cukrów prostych: 59.93 g; Błonnik pokarmowy: 45.6 g; Sól: 6.62 g; WW: 27.28 Por; Cholesterol: 556.97 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), salata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2155.59 kcal; Białko ogółem: 93.7 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; suma cukrów prostych: 42.16 g; Błonnik pokarmowy: 47.17 g; Sól: 6.35 g; WW: 25.32 Por; Cholesterol: 206.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB, _</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2922.43 kcal; Białko ogółem: 136.06 g; Tłuszcz: 105.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 376.98 g; suma cukrów prostych: 58.15 g; Błonnik pokarmowy: 47.85 g; Sól: 7.01 g; WW: 33.01 Por; Cholesterol: 314.71 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE, _</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2180.32 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 47.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; suma cukrów prostych: 36.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Sól: 5.44 g; WW: 29.61 Por; Cholesterol: 145.46 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE, _</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pietruszka gotowana 130 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE, _</u>), wędlina 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), chleb PKU 60 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2177.09 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; suma cukrów prostych: 36.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Sól: 2.61 g; WW: 28.94 Por; Cholesterol: 177.7 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, _</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), Płatki kukurydziane 50 g (<u>OZI, ORZ, _</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2361.44 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18 g; Węglowodany ogółem: 375.91 g; suma cukrów prostych: 78.9 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Sól: 6.23 g; WW: 34.31 Por; Cholesterol: 145.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE, _</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL, _</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), pietruszka gotowana 130 g,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2495.46 kcal; Białko ogółem: 120.19 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 352.02 g; suma cukrów prostych: 64.9 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Sól: 5.2 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 210.54 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ, _</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), twaróg krajanka 150 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), Ryż biały na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml, sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE, _</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ, _</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB, _</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g, ser topiony 25 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2712.26 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 92.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; suma cukrów prostych: 57 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; Sól: 7.13 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 279.06 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),	płynna - obiad 600 ml, barszcz czerwony z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>),	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143.31 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 131.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.09 g; Węglowodany ogółem: 122.9 g; suma cukrów prostych: 9.81 g; Błonnik pokarmowy: 7.86 g; Sól: 1.85 g; WW: 11.62 Por; Cholesterol: 1050.31 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), papkowata - obiad 650 ml,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2188.71 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 131.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 134.15 g; suma cukrów prostych: 10.36 g; Błonnik pokarmowy: 8.78 g; Sól: 1.85 g; WW: 12.67 Por; Cholesterol: 1048.21 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE, _</u>), miód 2 szt. 50 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), pietruszka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR, _</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2548.94 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 378.52 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sól: 5.22 g; WW: 35.42 Por; Cholesterol: 199.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pietruszka gotowana 130 g ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2266.26 kcal; Białko ogółem: 104.2 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; suma cukrów prostych: 45.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sól: 6.72 g; WW: 27.33 Por; Cholesterol: 179.74 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 100 g , sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	chleb razowy 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1678.87 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 214.46 g; suma cukrów prostych: 30.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Sól: 3.65 g; WW: 18.19 Por; Cholesterol: 425.86 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 150 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), pomidor 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2435.74 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; suma cukrów prostych: 45.13 g; Błonnik pokarmowy: 44.33 g; Sól: 6.46 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 239.21 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), Ryż biały na sypko 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 250 g (<u>SEL</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , wędlina 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenney krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2160.6 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 323.25 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; Sól: 4.69 g; WW: 29.5 Por; Cholesterol: 135.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL,</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2138.5 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.83 g; Węglowodany ogółem: 307.28 g; suma cukrów prostych: 31.19 g; Błonnik pokarmowy: 41.52 g; Sól: 5.84 g; WW: 26.79 Por; Cholesterol: 97.84 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2096.82 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 57.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g; suma cukrów prostych: 58.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Sól: 4.25 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 182.54 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE,</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU,</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1685.39 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.89 g; Sól: 2.61 g; WW: 20.69 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 30 g , rzodkiewka 40 g , chleb bezglutenowy 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2231.62 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 95.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 255.67 g; suma cukrów prostych: 24.61 g; Błonnik pokarmowy: 14.29 g; Sól: 2.57 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 208.12 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL,</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 50 g , margaryna 5 g , rzodkiewka 40 g , hummus z ciecierzycy 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2149.88 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 94.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 245.44 g; suma cukrów prostych: 26.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g; Sól: 2.78 g; WW: 22.76 Por; Cholesterol: 97.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , rzodkiewka 40 g , chleb bezglutenowy 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2215.42 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 102.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 223.89 g; suma cukrów prostych: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 19.33 g; Sól: 2.79 g; WW: 20.46 Por; Cholesterol: 220.12 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb graham 100 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb graham 50 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 5 g , hummus z ciecierzycy 100 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1970.88 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 266.71 g; suma cukrów prostych: 35.5 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g; Sól: 6.96 g; WW: 22.32 Por; Cholesterol: 97.84 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 100 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , hummus z ciecierzycy 100 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2141.28 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 93.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.1 g; Węglowodany ogółem: 247.56 g; suma cukrów prostych: 34.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sól: 4.23 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 97.84 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	barszcz ukraiński z ziemniakami jarski 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2272.12 kcal; Białko ogółem: 90.6 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 338.74 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Błonnik pokarmowy: 46.81 g; Sól: 3.88 g; WW: 29.49 Por; Cholesterol: 169.82 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pietruszka gotowana 130 g ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb PKU 60 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2200.79 kcal; Białko ogółem: 47.91 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; suma cukrów prostych: 31.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; Sól: 1.18 g; WW: 30.51 Por; Cholesterol: 177.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 79 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 7.13 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałatka zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g, sałatka zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, kakao proszek 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2033.26 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 261.94 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sól: 5.04 g; WW: 23.26 Por; Cholesterol: 766.31 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.1 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sól: 3.05 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omlet na słono OTS 150 g (<u>JAJ, MLE</u>), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, makaron drobny na mleku OTS 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	krupnik z ziemniakami - dieta OTS 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane OTS 200 g, ryba gotowana OTS 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy OTS 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU, MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa OTS 200 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką OTS 300 ml (<u>GLU, MLE</u>), biszkopty OTS 50 g (<u>GLU, JAJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2992.17 kcal; Białko ogółem: 140.33 g; Tłuszcz: 124.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 5.19 g; WW: 30.7 Por; Cholesterol: 814.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL,</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), miód 2 szt. 50 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), pietruszka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2350.72 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 366.16 g; suma cukrów prostych: 71.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g; Sól: 4.55 g; WW: 33.78 Por; Cholesterol: 166.54 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE,</u>), omelet na słono OTS 150 g (<u>JAJ, MLE,</u>), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku OTS 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	krupnik z ziemniakami - dieta OTS 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane OTS 200 g , ryba gotowana OTS 150 g (<u>RYB,</u>), sos pietruszkowy OTS 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU, MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE,</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa OTS 200 g (<u>JAJ,</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , sok pomidorowy - ots 300 ml ,
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2757.29 kcal; Białko ogółem: 148.03 g; Tłuszcz: 131.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 266.7 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Sól: 6.58 g; WW: 23.44 Por; Cholesterol: 788.69 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g , chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>),	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 841.8 kcal; Białko ogółem: 49.17 g; Tłuszcz: 28.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 99.48 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.54 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>), śmietanka 18% 80 ml (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>),	mleko 200 ml (<u>MLE</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2303.68 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 56.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; suma cukrów prostych: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1710.63 kcal; Białko ogółem: 57.9 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb miesany psz.-żył. 90 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1549.61 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 41.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 242.7 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; Sól: 3.45 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	Ryż biały na sypko 200 g , barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), lecho z kielbasą 400 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR,</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1005.41 kcal; Białko ogółem: 36.36 g; Tłuszcz: 37.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.84 g; Węglowodany ogółem: 122.69 g; suma cukrów prostych: 18.19 g; Błonnik pokarmowy: 8.73 g; Sól: 2.29 g; WW: 11.45 Por; Cholesterol: 73.21 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), Ryż biały na sypko 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2462.8 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; Tłuszcz: 64.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 346.9 g; suma cukrów prostych: 69.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g; Sól: 4.74 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 213.34 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami jarski 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR,</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE,</u>), hummus z ciecierzycy 100 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2304.08 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 318.99 g; suma cukrów prostych: 52.57 g; Błonnik pokarmowy: 50.11 g; Sól: 5.74 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 145.39 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , hummus szt 130 g (<u>SEZ,</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , papryka świeża 100 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu jarski 400 ml (<u>SEL,</u>), spaghetti z tofu 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , pietruszka gotowana 130 g ,	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ,</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sałatka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2397.94 kcal; Białko ogółem: 57.61 g; Tłuszcz: 103.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.2 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; suma cukrów prostych: 65.32 g; Błonnik pokarmowy: 44.25 g; Sól: 4.19 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 1.2 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-malinowy 50 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE,</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1722.67 kcal; Białko ogółem: 65.18 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 243.56 g; suma cukrów prostych: 77.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Sól: 3.54 g; WW: 22.51 Por; Cholesterol: 143.17 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 150 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos jogurtowo-malinowy 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: nektarynka 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1963.06 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 259.28 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g; Sól: 3.67 g; WW: 24.01 Por; Cholesterol: 184.94 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , melon 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.19 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; suma cukrów prostych: 47.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.2 g; Sól: 3.96 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 520.27 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami jarski 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), spaghetti z tofu z makaronem pełnoziarnistym 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g (<u>MLE</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2252.59 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 303.11 g; suma cukrów prostych: 61.03 g; Błonnik pokarmowy: 48.89 g; Sól: 6.17 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 158.59 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca		
margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>),	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), pietruszka gotowana 130 g ,	chleb graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), margaryna 10 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , nektarynka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u>), margaryna 10 g , wędlina 30 g , rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2036.5 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 68.23 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 61.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 4.34 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 385.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml , Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu b/ml 200 g (<u>SEL</u>), sałata z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.1 kcal; Białko ogółem: 97.2 g; Tłuszcz: 108.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Sól: 1.55 g; WW: 23.74 Por; Cholesterol: 502.08 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia		
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,	kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa śląska -ots 100 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), podsmażona papryka z cebulą OTS 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami b/ml - dieta OTS 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane OTS 200 g , ryba gotowana OTS 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy b/ml OTS 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), fasolka szparagowa gotowana OTS 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa OTS 200 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1904.97 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 217.84 g; suma cukrów prostych: 34.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; Sól: 4.92 g; WW: 18.7 Por; Cholesterol: 144.17 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml ,		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 704.19 kcal; Białko ogółem: 44.42 g; Tłuszcz: 12.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.34 g; Węglowodany ogółem: 115.75 g; suma cukrów prostych: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sól: 1.54 g; WW: 9.36 Por; Cholesterol: 117.6 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u>), Ryż biały na sypko 200 g , leczo z kielbasą 300 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2406.26 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; suma cukrów prostych: 83.14 g; Błonnik pokarmowy: 51.42 g; Sól: 6.67 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 187.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	papkowata - obiad 650 ml , sok wielowarzynny 300 ml (<u>SEL</u> ,), barszcz czerwony z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , Mus z jabłek prażonych 150 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2169.08 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz: 85.68 g; Kw.łł.nas.ogółem: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 264.44 g; suma cukrów prostych: 130.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.06 g; Sól: 1.81 g; WW: 24.94 Por; Cholesterol: 472.46 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Ryż biały na sypko 250 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 250 ml , pietruszka gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), ryba w galarecie 200 g (<u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,), Płatki kukurydziane 50 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ,),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2792.11 kcal; Białko ogółem: 127.98 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw.łł.nas.ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 416.22 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; Sól: 6.36 g; WW: 38.86 Por; Cholesterol: 225.61 mg;