

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-27		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,)	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Makaron z sosem bolońskim 250 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g (MLE,), rzodkiew 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2274.42 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 69.67 g; Węglowodany ogółem: 331.9 g; Wapń: 698.31 mg; Żelazo: 11.67 mg; Potas: 3387.14 mg; Sól: 14.27 g; Fosfor: 1340.39 mg; Witamina D: 4.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1289.58 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 114.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; suma cukrów prostych: 72.02 g;		
poniedziałek 2023-11-27		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,)	Żurek z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Makaron z sosem bolońskim DZ 200 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubuś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką. 50 g (MLE,), rzodkiew 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1939.16 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 287.69 g; Wapń: 677.22 mg; Żelazo: 9.24 mg; Potas: 3015.45 mg; Sól: 11.65 g; Fosfor: 1071.06 mg; Witamina D: 1.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2868.78 ug; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 100.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; suma cukrów prostych: 86.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2329.72 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; Wapń: 694.14 mg; Żelazo: 13.29 mg; Potas: 3782.36 mg; Sól: 13.96 g; Fosfor: 1470.26 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 880.64 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 77.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; suma cukrów prostych: 81.06 g;		
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy DZ 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubaś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 10 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1930.82 kcal; Białko ogółem: 69.53 g; Tłuszcz: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 289.79 g; Wapń: 670.89 mg; Żelazo: 10.24 mg; Potas: 3260.91 mg; Sól: 11.27 g; Fosfor: 1169.01 mg; Witamina D: .78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2483.66 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 69.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; suma cukrów prostych: 93.77 g;		
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1877.5 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; Wapń: 248.18 mg; Żelazo: 12.87 mg; Potas: 3191.79 mg; Sól: 13.56 g; Fosfor: 1148.68 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 677.52 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 72.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.1 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; suma cukrów prostych: 59.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Gulasz wołowy. 80 g (<i>GLU,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1878.5 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 36.39 g; Węglowodany ogółem: 306.76 g; Wapń: 508.62 mg; Żelazo: 13.46 mg; Potas: 3686.63 mg; Sól: 13.81 g; Fosfor: 1344.82 mg; Witamina D: 2.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 707.36 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 87.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; suma cukrów prostych: 32.69 g;			
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (<i>GLU, MLE,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Gulasz wołowy. 80 g (<i>GLU,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2229.37 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 72.06 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; Wapń: 977.33 mg; Żelazo: 16.49 mg; Potas: 4604.6 mg; Sól: 14.01 g; Fosfor: 1888 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 912.08 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 127.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.89 g; Błonnik pokarmowy: 40.92 g; suma cukrów prostych: 50.22 g;			
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (<i>GLU,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Galaretką jarska. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2006.11 kcal; Białko ogółem: 67.49 g; Tłuszcz: 54.28 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; Wapń: 250.62 mg; Żelazo: 13.54 mg; Potas: 3696.34 mg; Sól: 13.65 g; Fosfor: 1018.43 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1514.19 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 126.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.95 g; Błonnik pokarmowy: 38.86 g; suma cukrów prostych: 30.63 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2003.86 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 52.97 g; Węglowodany ogółem: 324.39 g; Wapń: 237.88 mg; Żelazo: 12.55 mg; Potas: 3256.95 mg; Sól: 13.63 g; Fosfor: 988.86 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1501.05 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 96.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; suma cukrów prostych: 60.36 g;			
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy.(2.00 porcje) 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2606.97 kcal; Białko ogółem: 119.56 g; Tłuszcz: 81.1 g; Węglowodany ogółem: 355.75 g; Wapń: 900.4 mg; Żelazo: 15.96 mg; Potas: 4437.71 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 1823.3 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 920.26 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 92.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; suma cukrów prostych: 81.21 g;			
poniedziałek 2023-11-27		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2096.88 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 57.81 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; Wapń: 240.62 mg; Żelazo: 13.74 mg; Potas: 3450.91 mg; Sól: 13.73 g; Fosfor: 1092.69 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1506.62 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 96.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; suma cukrów prostych: 60.45 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), ogórek świeży 50 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ogórkowa z ryżem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g, Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), musztarda 15 g (GOR, SO2,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2319.67 kcal; Białko ogółem: 85.7 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; Wapń: 662.59 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 3534.02 mg; Sól: 16.69 g; Fosfor: 1484.14 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1150.72 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 102.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; suma cukrów prostych: 67.45 g;		
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), ogórek świeży 40 g, Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa ogórkowa z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g, Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), musztarda 10 g (GOR, SO2,), pomidory 40 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1955.5 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 270.13 g; Wapń: 780.72 mg; Żelazo: 8.35 mg; Potas: 3128.84 mg; Sól: 13.97 g; Fosfor: 1309.04 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1038.12 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 85.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; suma cukrów prostych: 82.4 g;		
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2288.07 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 73.98 g; Węglowodany ogółem: 323.6 g; Wapń: 634.41 mg; Żelazo: 10.43 mg; Potas: 3615.27 mg; Sól: 16.04 g; Fosfor: 1447.05 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1139.21 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 83.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; suma cukrów prostych: 70.88 g;		
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1914.13 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 270.26 g; Wapń: 754.4 mg; Żelazo: 7.91 mg; Potas: 3162.97 mg; Sól: 13.37 g; Fosfor: 1299.89 mg; Witamina D: .98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 948.78 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 71.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.2 g; suma cukrów prostych: 83.3 g;		
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1682.97 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 284.97 g; Wapń: 197.54 mg; Żelazo: 8.08 mg; Potas: 3083.54 mg; Sól: 13.23 g; Fosfor: 1136 mg; Witamina D: 2.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.22 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 76.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; suma cukrów prostych: 53.51 g;		
wtorek 2023-11-28 Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i		
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g , rzodkiew 30 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1718.63 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Wapń: 494.68 mg; Żelazo: 8.93 mg; Potas: 3530.75 mg; Sól: 13.85 g; Fosfor: 1423.26 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 946.56 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 84.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; suma cukrów prostych: 21.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g , rzodkiew 30 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2005.25 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 68.4 g; Węglowodany ogółem: 262.78 g; Wapń: 559.66 mg; Żelazo: 13.18 mg; Potas: 3738.62 mg; Sól: 16.09 g; Fosfor: 1489.03 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1240.54 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 115.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.8 g; suma cukrów prostych: 28.66 g;			
wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1809.3 kcal; Białko ogółem: 58.66 g; Tłuszcz: 37.1 g; Węglowodany ogółem: 319.49 g; Wapń: 247.22 mg; Żelazo: 10.44 mg; Potas: 4054.63 mg; Sól: 21.11 g; Fosfor: 1021.15 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1288.84 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 138.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; suma cukrów prostych: 26.2 g;			
wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1815.15 kcal; Białko ogółem: 57.35 g; Tłuszcz: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 321.66 g; Wapń: 234.5 mg; Żelazo: 9.45 mg; Potas: 3615.28 mg; Sól: 21.09 g; Fosfor: 991.58 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1275.7 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 108.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; suma cukrów prostych: 57.93 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2482.85 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 77.46 g; Węglowodany ogółem: 340.38 g; Wapń: 851.95 mg; Żelazo: 11.37 mg; Potas: 4313.28 mg; Sól: 16.96 g; Fosfor: 1802.29 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1334.72 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 104.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; suma cukrów prostych: 71.45 g;		
wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), poledwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1975.37 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 289.44 g; Wapń: 171.29 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 3075.66 mg; Sól: 16.4 g; Fosfor: 1034.09 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1023.73 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 79.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g; suma cukrów prostych: 54.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania. 80 g (<i>MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1733.66 kcal; Białko ogółem: 77.02 g; Tłuszcz: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 249.87 g; Wapń: 580.04 mg; Żelazo: 13.04 mg; Potas: 3770.38 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1539.8 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3265.57 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 85.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.4 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; suma cukrów prostych: 28.2 g;			
środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1999.4 kcal; Białko ogółem: 65.19 g; Tłuszcz: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; Wapń: 216.14 mg; Żelazo: 12.37 mg; Potas: 4235.64 mg; Sól: 14.05 g; Fosfor: 1108.72 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3216.81 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 125.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.14 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; suma cukrów prostych: 21.38 g;			
środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z jabłek. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1997.15 kcal; Białko ogółem: 63.88 g; Tłuszcz: 43.44 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; Wapń: 203.4 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3796.25 mg; Sól: 14.03 g; Fosfor: 1079.15 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3203.67 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 95.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 51.11 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2311.17 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 62.8 g; Węglowodany ogółem: 335 g; Wapń: 1003.15 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 4164.65 mg; Sól: 15.37 g; Fosfor: 1780.72 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3350.16 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 72.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; suma cukrów prostych: 78.59 g;		
środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2024.05 kcal; Białko ogółem: 68.57 g; Tłuszcz: 44.31 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; Wapń: 206.9 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3878.56 mg; Sól: 14.06 g; Fosfor: 1121.84 mg; Witamina D: 3.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3203.71 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 95.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; suma cukrów prostych: 51.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-30		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), kasza gryczana na sypko. 160 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera topionego , kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g (JAJ, SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2497.34 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz: 94.66 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; Wapń: 703.37 mg; Żelazo: 13.73 mg; Potas: 3298.93 mg; Sól: 17.03 g; Fosfor: 1612.28 mg; Witamina D: 5.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1422.73 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 104.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; suma cukrów prostych: 66.79 g;		
czwartek 2023-11-30		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego DZ 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2059.46 kcal; Białko ogółem: 62.5 g; Tłuszcz: 84.78 g; Węglowodany ogółem: 266.58 g; Wapń: 598.02 mg; Żelazo: 9.97 mg; Potas: 2473.62 mg; Sól: 13.62 g; Fosfor: 1245.3 mg; Witamina D: 2.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1217.53 ug; Witamina B6: 1.64 mg; Witamina C: 87.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.81 g; Błonnik pokarmowy: 18.11 g; suma cukrów prostych: 72.25 g;		
czwartek 2023-11-30		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2348.42 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; Wapń: 677.6 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 3660.83 mg; Sól: 16.09 g; Fosfor: 1434.2 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1970.15 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 88.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; suma cukrów prostych: 74.49 g;

czwartek 2023-11-30**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielb szynkowa wp 40 g (**SOJ,**), keczup 10 g (**SOJ, SEL, GOR,**), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**),

Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60 g (**GLU, MLE,**), Sos jarzynowy DZ 60 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (**GLU, ORZ,**), Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (**MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 30 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1889.18 kcal; Białko ogółem: 67.33 g; Tłuszcz: 56.64 g; Węglowodany ogółem: 284.13 g; Wapń: 538.53 mg; Żelazo: 8.69 mg; Potas: 2927.63 mg; Sól: 13.47 g; Fosfor: 1099.71 mg; Witamina D: 1.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1633.22 ug; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 80.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; suma cukrów prostych: 78.88 g;

czwartek 2023-11-30**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielb szynkowa wp 50 g (**SOJ,**), keczup 15 g (**SOJ, SEL, GOR,**),

Barszcz z ziemniakami. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos jarzynowy 80 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (**GLU, ORZ,**), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 60 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 50 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1859.33 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; Wapń: 193.4 mg; Żelazo: 10.34 mg; Potas: 2999.59 mg; Sól: 15.62 g; Fosfor: 1047.15 mg; Witamina D: 2.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1682.37 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 83.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; suma cukrów prostych: 55.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), polędwica z ind 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1899.86 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Wapń: 484.03 mg; Żelazo: 11.04 mg; Potas: 3402.18 mg; Sól: 16.22 g; Fosfor: 1330.57 mg; Witamina D: 2.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1738.59 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 87.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 24.74 g;			
czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), polędwica z ind 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2044.92 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 282.16 g; Wapń: 579.7 mg; Żelazo: 14.28 mg; Potas: 3906.6 mg; Sól: 18.36 g; Fosfor: 1643.73 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1854.3 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 123.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.7 g; Błonnik pokarmowy: 41.54 g; suma cukrów prostych: 28.47 g;			
czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2326.02 kcal; Białko ogółem: 72.07 g; Tłuszcz: 68.16 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Wapń: 290.06 mg; Żelazo: 12.85 mg; Potas: 3919.95 mg; Sól: 14.83 g; Fosfor: 1145.27 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1808.19 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 132.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; suma cukrów prostych: 28.21 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2323.77 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 66.85 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; Wapń: 277.32 mg; Żelazo: 11.86 mg; Potas: 3480.56 mg; Sól: 14.81 g; Fosfor: 1115.7 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1795.05 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 102.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; suma cukrów prostych: 57.94 g;			
czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2601.84 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 371.3 g; Wapń: 900.96 mg; Żelazo: 12.55 mg; Potas: 4272.41 mg; Sól: 16.41 g; Fosfor: 1726.42 mg; Witamina D: 4.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2260.72 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 107.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.7 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; suma cukrów prostych: 75.37 g;			
czwartek 2023-11-30		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2015.06 kcal; Białko ogółem: 71.6 g; Tłuszcz: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; Wapń: 194.64 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 3001.39 mg; Sól: 15.64 g; Fosfor: 1048.13 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1827.43 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 83.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; suma cukrów prostych: 55.15 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , jaja 1 szt (JAJ,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Ryba panierowana smażona 110 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, SOJ, MIĘ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), ser żółty twardy 60 g (MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2447.05 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 83.55 g; Węglowodany ogółem: 345.04 g; Wapń: 1063.77 mg; Żelazo: 10.26 mg; Potas: 3198.05 mg; Sól: 14.5 g; Fosfor: 1396.91 mg; Witamina D: 4.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1035.36 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 89.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; suma cukrów prostych: 83.1 g;		
piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , jaja 1 szt (JAJ,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa wiejska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Ryba panierowana smażona DZ 90 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, SOJ, MIĘ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kiszzonej kapusty DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), ser żółty twardy 50 g (MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2050.15 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; Wapń: 1068.43 mg; Żelazo: 8.09 mg; Potas: 2871 mg; Sól: 12.33 g; Fosfor: 1240.51 mg; Witamina D: 1.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 924.23 ug; Witamina B6: 1.59 mg; Witamina C: 90.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; suma cukrów prostych: 73.55 g;		
piątek 2023-12-01 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 54.37 g; Węglowodany ogółem: 375.93 g; Wapń: 724.09 mg; Żelazo: 10.91 mg; Potas: 4284.33 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1411.86 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1844.99 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 124.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; suma cukrów prostych: 91.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną DZ 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa wiejska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany DZ 55 g , pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1960.81 kcal; Białko ogółem: 77.1 g; Tłuszcz: 48 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Wapń: 763.7 mg; Żelazo: 8.75 mg; Potas: 3705.41 mg; Sól: 11.97 g; Fosfor: 1244.04 mg; Witamina D: 1.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1527.94 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 117.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 81.55 g;			
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1963.13 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; Wapń: 276.98 mg; Żelazo: 10.3 mg; Potas: 3677.98 mg; Sól: 14.12 g; Fosfor: 1056.66 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1631.97 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 120.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; suma cukrów prostych: 75.83 g;			
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1879.53 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; Wapń: 530.9 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 4141.28 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1246.8 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1661.31 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 129.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; suma cukrów prostych: 29.29 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1910.41 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 285.78 g; Wapń: 614.96 mg; Żelazo: 13.75 mg; Potas: 4424.44 mg; Sól: 14.61 g; Fosfor: 1436.45 mg; Witamina D: 3.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1829.31 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 149.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.7 g; Błonnik pokarmowy: 43.83 g; suma cukrów prostych: 30.18 g;			
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1861.24 kcal; Białko ogółem: 63.6 g; Tłuszcz: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; Wapń: 272.51 mg; Żelazo: 10.45 mg; Potas: 3860.31 mg; Sól: 13.52 g; Fosfor: 954.24 mg; Witamina D: 3.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1745.28 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 144.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.46 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; suma cukrów prostych: 26.51 g;			
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1943.59 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz: 42.18 g; Węglowodany ogółem: 335.52 g; Wapń: 266.29 mg; Żelazo: 9.61 mg; Potas: 3452.46 mg; Sól: 13.5 g; Fosfor: 930.67 mg; Witamina D: 3.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1732.64 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 120.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; suma cukrów prostych: 75.79 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2524.82 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 58.68 g; Węglowodany ogółem: 398.71 g; Wapń: 932.12 mg; Żelazo: 11.6 mg; Potas: 4584.5 mg; Sól: 15.42 g; Fosfor: 1588.26 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1897.15 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 139.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g; suma cukrów prostych: 92.18 g;			
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2056.32 kcal; Białko ogółem: 84.4 g; Tłuszcz: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; Wapń: 233.58 mg; Żelazo: 10.48 mg; Potas: 3895.75 mg; Sól: 14.18 g; Fosfor: 1115.94 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1726.03 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 120.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; suma cukrów prostych: 74.25 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pieczeń wied 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), rzodkiew 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń rzymska . 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2278.23 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 67.66 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; Wapń: 653.84 mg; Żelazo: 12.14 mg; Potas: 3577.62 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1305.55 mg; Witamina D: 4.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 951.75 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 88.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; suma cukrów prostych: 73.98 g;		
sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pieczeń wied 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), rzodkiew 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń rzymska. DZ 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Ćwikła DZ 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g (SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2050.21 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 298.7 g; Wapń: 847.07 mg; Żelazo: 9.96 mg; Potas: 3415.88 mg; Sól: 12.26 g; Fosfor: 1213.95 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 757.9 ug; Witamina B6: 1.69 mg; Witamina C: 81.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; suma cukrów prostych: 90.83 g;		
sobota 2023-12-02 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2343.9 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; Wapń: 717.66 mg; Żelazo: 12.5 mg; Potas: 4045.85 mg; Sól: 15.3 g; Fosfor: 1425.05 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2044.07 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 99.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; suma cukrów prostych: 77.14 g;

sobota 2023-12-02**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g
(**SOJ,**), sałata zielona 15 g , Makaron
na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU,**
JAJ, MLE,), herbata z cukrem 200 ml
(**GLU, SEL, GOR,**),

Krupnik DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ,**
SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,
GRZ,), Roladka drobiowa faszerowa
jarzynami DZ 80 g (**GLU, MLE,**), Sos
jarzynowy DZ 60 ml (**GLU, JAJ, SOJ,**
MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ
190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g
(**GLU, MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml
(**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml
(**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL,**
GOR,), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ,**
SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), Pasta z parówki i twarogu z
pietruszką zieloną DZ 50 g (**SOJ,**
MLE,), pomidory 40 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), szynka got. wieprz. 30 g (**SOJ,**
ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2046.31 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 295.8 g; Wapń: 883.38 mg; Żelazo: 9.76 mg; Potas: 3704.68 mg; Sól: 13.13 g; Fosfor: 1342.1 mg; Witamina D: 1.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1816.58 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 90.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; suma cukrów prostych: 90.68 g;

sobota 2023-12-02**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL,**
GOR,), chleb pszenny 100 g (**GLU,**
JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10
g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 50 g
(**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ,**
MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,),
Roladka drobiowa faszerowana
jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos jarzynowy
80 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,**
GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki
zasmażane. 150 g (**GLU,**), Kompot z
jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL,**
GOR,), chleb pszenny 100 g (**GLU,**
JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10
g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**),
zielona pietruszka 1 g , pomidory 50
g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**),
szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ,**
GOR,), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1721.82 kcal; Białko ogółem: 73.19 g; Tłuszcz: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 297.79 g; Wapń: 269.59 mg; Żelazo: 11.26 mg; Potas: 3373.08 mg; Sól: 14.26 g; Fosfor: 1095.67 mg; Witamina D: 2.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1745.56 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 95.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; suma cukrów prostych: 60.88 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1722.82 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; Wapń: 530.03 mg; Żelazo: 11.85 mg; Potas: 3867.92 mg; Sól: 14.5 g; Fosfor: 1291.81 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1775.4 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 110.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; suma cukrów prostych: 33.89 g;			
sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g (<i>MLE,</i>), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ,</i> <i>ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1853.69 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; Wapń: 566.93 mg; Żelazo: 14.02 mg; Potas: 4141.2 mg; Sól: 14.94 g; Fosfor: 1492.74 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1939.36 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 147.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g; suma cukrów prostych: 33.63 g;			
sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL,</i> <i>GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2043.05 kcal; Białko ogółem: 67.53 g; Tłuszcz: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g; Wapń: 275.1 mg; Żelazo: 13.78 mg; Potas: 4213.84 mg; Sól: 16.83 g; Fosfor: 1077.46 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2312.91 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 155.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.52 g; Błonnik pokarmowy: 41.48 g; suma cukrów prostych: 31.61 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2040.8 kcal; Białko ogółem: 66.22 g; Tłuszcz: 48.8 g; Węglowodany ogółem: 341.18 g; Wapń: 262.36 mg; Żelazo: 12.79 mg; Potas: 3774.45 mg; Sól: 16.81 g; Fosfor: 1047.89 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2299.77 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 125.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; suma cukrów prostych: 61.34 g;			
sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2598.76 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 80.93 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; Wapń: 935.89 mg; Żelazo: 13.36 mg; Potas: 4728.71 mg; Sól: 15.64 g; Fosfor: 1784.32 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2339.5 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 119.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g; suma cukrów prostych: 78.02 g;			
sobota 2023-12-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2082.51 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; Wapń: 263.58 mg; Żelazo: 12.86 mg; Potas: 3844.25 mg; Sól: 16.83 g; Fosfor: 1091.33 mg; Witamina D: 3.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2317.13 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 125.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; suma cukrów prostych: 61.35 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g (MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2286.42 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 331.6 g; Wapń: 682.98 mg; Żelazo: 11.6 mg; Potas: 3375.48 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1345.12 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1024.54 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 165.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; suma cukrów prostych: 65.9 g;		
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petitiki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką. 50 g (MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1864.92 kcal; Białko ogółem: 64.27 g; Tłuszcz: 60.34 g; Węglowodany ogółem: 270.22 g; Wapń: 538.29 mg; Żelazo: 8.23 mg; Potas: 2663.92 mg; Sól: 12.49 g; Fosfor: 972.79 mg; Witamina D: .9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 885.04 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 134.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.24 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; suma cukrów prostych: 60.06 g;		
niedziela 2023-12-03 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2220.08 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 65.07 g; Węglowodany ogółem: 319.2 g; Wapń: 664.21 mg; Żelazo: 10.24 mg; Potas: 3690.31 mg; Sól: 14.99 g; Fosfor: 1477.81 mg; Witamina D: 4.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3444.07 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 73.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 67.78 g;

niedziela 2023-12-03**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), keczup 10 g (**SOJ, SEL, GOR,**), Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, MLE,**),

Rosół z makaronem DZ 200 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Kurczak gotowany DZ 120 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:

Herbatniki petitki 25 g (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1844.66 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 265.71 g; Wapń: 527.5 mg; Żelazo: 7.74 mg; Potas: 2970.36 mg; Sól: 13.12 g; Fosfor: 1149.5 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2524.52 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 63.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.15 g; Błonnik pokarmowy: 18.61 g; suma cukrów prostych: 62 g;

niedziela 2023-12-03**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), keczup 15 g (**SOJ, SEL, GOR,**),

Rosół z makaronem. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Kurczak gotowany. 160 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (**GLU,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1819.02 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 43.12 g; Węglowodany ogółem: 281.09 g; Wapń: 244.73 mg; Żelazo: 9.6 mg; Potas: 3113.32 mg; Sól: 14.63 g; Fosfor: 1151.42 mg; Witamina D: 3.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3224.67 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 69.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; suma cukrów prostych: 52.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1823.67 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 45.98 g; Węglowodany ogółem: 269.63 g; Wapń: 505.46 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3617.94 mg; Sól: 14.88 g; Fosfor: 1348.22 mg; Witamina D: 3.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3254.8 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 84.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; suma cukrów prostych: 25.87 g;			
niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1702.84 kcal; Białko ogółem: 83.6 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 208.99 g; Wapń: 549.49 mg; Żelazo: 11.83 mg; Potas: 3046.33 mg; Sól: 14.52 g; Fosfor: 1466.5 mg; Witamina D: 4.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1700.17 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 126.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; suma cukrów prostych: 27.03 g;			
niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Ryż z jabłkami b/cukru. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2060.94 kcal; Białko ogółem: 62.94 g; Tłuszcz: 49.59 g; Węglowodany ogółem: 350.48 g; Wapń: 202.2 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3441.45 mg; Sól: 14.43 g; Fosfor: 983.62 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3279.94 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 110.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.35 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; suma cukrów prostych: 25.7 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Ryż z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2095.54 kcal; Białko ogółem: 61.6 g; Tłuszcz: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 359.74 g; Wapń: 189.27 mg; Żelazo: 9.73 mg; Potas: 2992.48 mg; Sól: 14.41 g; Fosfor: 953.39 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3266.51 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 79.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; suma cukrów prostych: 65.19 g;		
niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2311.58 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; Wapń: 865.21 mg; Żelazo: 10.54 mg; Potas: 3958.81 mg; Sól: 15.17 g; Fosfor: 1623.31 mg; Witamina D: 4.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3472.57 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 88.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 67.78 g;		
niedziela 2023-12-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Ryż z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2230.7 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz: 56.75 g; Węglowodany ogółem: 360.43 g; Wapń: 199.64 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 3264.28 mg; Sól: 14.6 g; Fosfor: 1119.98 mg; Witamina D: 4.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3344.58 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 80.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; suma cukrów prostych: 65.4 g;		

Jadłospisy dla oddziałów