

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kiełbasa smażona z cebulką. 80 g ( <b>SOJ,</b> ), musztarda 15 g ( <b>GOR, SO2,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2377.63 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 310.51 g; Wapń: 620.83 mg; Żelazo: 12.73 mg; Potas: 3571.21 mg; Sól: 18.41 g; Fosfor: 1448.3 mg; Witamina D: 4.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1238.01 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 81.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; suma cukrów prostych: 64.88 g;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka DZ 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z ogórka kiszzonego DZ 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok kubaś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Kiełbasa smażona z cebulką DZ 60 g ( <b>SOJ,</b> ), musztarda 10 g ( <b>GOR, SO2,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1981 kcal; Białko ogółem: 65.09 g; Tłuszcz: 76.05 g; Węglowodany ogółem: 277.82 g; Wapń: 532.81 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3266.36 mg; Sól: 14.56 g; Fosfor: 1109.93 mg; Witamina D: 1.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2698.09 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 79.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; suma cukrów prostych: 77.8 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2386.54 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Tłuszcz: 84.6 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; Wapń: 621.18 mg; Żelazo: 13.06 mg; Potas: 3875.12 mg; Sól: 16.53 g; Fosfor: 1290.5 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1212.14 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 94.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; suma cukrów prostych: 75.16 g;			
poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok kubaś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco DZ 70 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 10 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1987.1 kcal; Białko ogółem: 64.39 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 287.06 g; Wapń: 531.59 mg; Żelazo: 10.68 mg; Potas: 3568.7 mg; Sól: 13.64 g; Fosfor: 1037.63 mg; Witamina D: 1.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2618.89 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 91.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; suma cukrów prostych: 85.23 g;			
poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1702.79 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; Wapń: 197.85 mg; Żelazo: 10.72 mg; Potas: 3359.08 mg; Sól: 13.73 g; Fosfor: 989.1 mg; Witamina D: 2.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 982.87 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 87.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; suma cukrów prostych: 58.28 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		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> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), twaróg półtłusty 30 g ( <i>MLE,</i> ), zielona cebulka 1 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <i>GLU,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 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 pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> 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> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1724.15 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 281.55 g; Wapń: 237.15 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 3631.16 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1100.81 mg; Witamina D: 2.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1005.45 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 101.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; suma cukrów prostych: 24.02 g;			
poniedziałek 2024-01-29		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> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), Twarożek ze śmietaną. 30 g ( <i>MLE,</i> ), zielona cebulka 1 g ,	Zupa grysikowa 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> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 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> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <i>SOJ,</i> ), keczup 15 g ( <i>SOJ, SEL, GOR,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> 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> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2011.18 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 75.95 g; Węglowodany ogółem: 257.55 g; Wapń: 251.69 mg; Żelazo: 14.45 mg; Potas: 3582.86 mg; Sól: 18.47 g; Fosfor: 1242.46 mg; Witamina D: 4.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1182.28 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 101.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.89 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; suma cukrów prostych: 22.63 g;			
poniedziałek 2024-01-29		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> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Zupa grysikowa 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> ), Ziemniaki. 200 g , 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> ), Makaron z jabłkami b/c. 250 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> 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> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2110.64 kcal; Białko ogółem: 66.76 g; Tłuszcz: 53.95 g; Węglowodany ogółem: 349 g; Wapń: 222.51 mg; Żelazo: 12.51 mg; Potas: 3736.05 mg; Sól: 13.68 g; Fosfor: 902.86 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1061.69 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 129.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; suma cukrów prostych: 33.03 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Makaron z jabłkami. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2121.34 kcal; Białko ogółem: 65.4 g; Tłuszcz: 52.59 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; Wapń: 209.24 mg; Żelazo: 11.47 mg; Potas: 3277.2 mg; Sól: 13.66 g; Fosfor: 871.98 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1047.97 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 98.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g; suma cukrów prostych: 67.29 g;			
poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2639.96 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 96.19 g; Węglowodany ogółem: 342.44 g; Wapń: 844.54 mg; Żelazo: 14.22 mg; Potas: 4486.7 mg; Sól: 16.85 g; Fosfor: 1582.72 mg; Witamina D: 4.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1502.71 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 114.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.7 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g; suma cukrów prostych: 76.04 g;			
poniedziałek 2024-01-29		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2110.52 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 293.22 g; Wapń: 204.12 mg; Żelazo: 11.74 mg; Potas: 3251.03 mg; Sól: 16.19 g; Fosfor: 891.55 mg; Witamina D: 4.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1136.52 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 90.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; suma cukrów prostych: 60.22 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka kons. baton 50 g ( <b>GLU, SOJ, GOR,</b> ), ogórek świeży 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa fasolowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiew biała 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2278.98 kcal; Białko ogółem: 99.6 g; Tłuszcz: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 350.4 g; Wapń: 747.32 mg; Żelazo: 13.03 mg; Potas: 4170 mg; Sól: 14.39 g; Fosfor: 1616.59 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 977.93 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 131.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g; suma cukrów prostych: 69.75 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka kons. baton 40 g ( <b>GLU, SOJ, GOR,</b> ), ogórek świeży 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe w sosie koperkowym DZ. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Ptasie mleczko DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką. 50 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiew biała 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1935.54 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 50.87 g; Węglowodany ogółem: 292.16 g; Wapń: 834.47 mg; Żelazo: 9.19 mg; Potas: 3537.58 mg; Sól: 12.96 g; Fosfor: 1371.96 mg; Witamina D: .82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 885.04 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 106.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.9 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; suma cukrów prostych: 81.6 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2114.67 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 52.73 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Wapń: 668.45 mg; Żelazo: 9.38 mg; Potas: 3652.27 mg; Sól: 14.53 g; Fosfor: 1390.55 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3203.66 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; suma cukrów prostych: 67.71 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe w sosie koperkowym DZ. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Ptasie mleczko DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1822.06 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 47.75 g; Węglowodany ogółem: 274.83 g; Wapń: 803.45 mg; Żelazo: 7.22 mg; Potas: 3237.11 mg; Sól: 13.04 g; Fosfor: 1276.07 mg; Witamina D: .81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2322.67 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 72.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.96 g; suma cukrów prostych: 81.56 g;			
wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1700.37 kcal; Białko ogółem: 75.91 g; Tłuszcz: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; Wapń: 235.6 mg; Żelazo: 8.72 mg; Potas: 3059.43 mg; Sól: 14.15 g; Fosfor: 1054.57 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2971.72 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 82.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; suma cukrów prostych: 52 g;			
wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1701.37 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 274.21 g; Wapń: 496.04 mg; Żelazo: 9.31 mg; Potas: 3554.27 mg; Sól: 14.39 g; Fosfor: 1250.71 mg; Witamina D: 2.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3001.56 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 97.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; suma cukrów prostych: 25.01 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1763.33 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 48.57 g; Węglowodany ogółem: 254.03 g; Wapń: 560.99 mg; Żelazo: 11.89 mg; Potas: 3938.23 mg; Sól: 14.13 g; Fosfor: 1483.3 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2194.99 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 157.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; suma cukrów prostych: 27.15 g;			
wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe w sosie koperkowym nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1780.05 kcal; Białko ogółem: 57.39 g; Tłuszcz: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 321.65 g; Wapń: 470.52 mg; Żelazo: 9.94 mg; Potas: 4222.75 mg; Sól: 20.43 g; Fosfor: 1018.31 mg; Witamina D: 2.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3235.98 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 212.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.2 g; suma cukrów prostych: 32.33 g;			
wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe w sosie koperkowym nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1777.8 kcal; Białko ogółem: 56.08 g; Tłuszcz: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; Wapń: 457.78 mg; Żelazo: 8.95 mg; Potas: 3783.36 mg; Sól: 20.41 g; Fosfor: 988.74 mg; Witamina D: 2.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3222.84 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 182.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; suma cukrów prostych: 62.06 g;			



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2318.75 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 57.93 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; Wapń: 890.08 mg; Żelazo: 10.19 mg; Potas: 4272.47 mg; Sól: 15.43 g; Fosfor: 1744.26 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3273.53 ug; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 103.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.5 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 68.27 g;		
wtorek 2024-01-30		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1908.5 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Tłuszcz: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; Wapń: 222.14 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3939.79 mg; Sól: 22.09 g; Fosfor: 1035.17 mg; Witamina D: 3.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3354.59 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 114.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; suma cukrów prostych: 54.53 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Wątróbka po kapitańsku. 200 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g, Surówka z kiszanej kapusty. 150 g, Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g, <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g, jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2266.45 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 67.34 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; Wapń: 934.2 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 3578.53 mg; Sól: 16.22 g; Fosfor: 1426.93 mg; Witamina D: 3.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1064.19 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 95.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 76.7 g;		
<b>środa 2024-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Wątróbka po kapitańsku DZ. 160 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka z kiszanej kapusty DZ 100 g, Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> biskopki 20 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zieloną cebulką 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g, <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g, jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1854.82 kcal; Białko ogółem: 62.93 g; Tłuszcz: 53.58 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; Wapń: 797.65 mg; Żelazo: 7.5 mg; Potas: 2958.64 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1140.25 mg; Witamina D: .88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 935.49 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 80.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g; suma cukrów prostych: 77.55 g;		
<b>środa 2024-01-31</b> <b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany 70 g, Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g, Sałatka z buraczków. 150 g, Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g, <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g, jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

<b><u>Wartości odżywcze:</u></b> Energia kc: 2278.22 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; Wapń: 920 mg; Żelazo: 12.14 mg; Potas: 4246.92 mg; Sól: 15.95 g; Fosfor: 1518.37 mg; Witamina D: 4.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1764.89 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 103.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.8 g; suma cukrów prostych: 81.64 g;		
<b>środa 2024-01-31</b>		<b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b>
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ</b> ), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab gotowany. 65 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> biszkopcy 20 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 30 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ),
<b><u>Wartości odżywcze:</u></b> Energia kc: 1927.79 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 54.24 g; Węglowodany ogółem: 290.21 g; Wapń: 793.58 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 3592.72 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1267.35 mg; Witamina D: 1.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1640.54 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 89.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.88 g; suma cukrów prostych: 82.62 g;		
<b>środa 2024-01-31</b>		<b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b>
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ),
<b><u>Wartości odżywcze:</u></b> Energia kc: 1778.06 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; Wapń: 491.07 mg; Żelazo: 11.2 mg; Potas: 3629.73 mg; Sól: 15.56 g; Fosfor: 1165.53 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1526.39 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 98.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; suma cukrów prostych: 66.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1801.59 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 296.41 g; Wapń: 532.54 mg; Żelazo: 12.19 mg; Potas: 3927.96 mg; Sól: 15.94 g; Fosfor: 1279.09 mg; Witamina D: 2.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1564.45 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 114.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; suma cukrów prostych: 32 g;			
środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1895.1 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 53.49 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; Wapń: 596.58 mg; Żelazo: 15.26 mg; Potas: 4418.77 mg; Sól: 15.86 g; Fosfor: 1563.28 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2333.37 ug; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 129.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.04 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; suma cukrów prostych: 36.06 g;			
środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2151.55 kcal; Białko ogółem: 68.82 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; Wapń: 334.06 mg; Żelazo: 13.28 mg; Potas: 4281.33 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 1073.34 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1745.59 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 148.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; suma cukrów prostych: 31.12 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), schab gotowany-nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Krokiety z ziemniaków-nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2149.3 kcal; Białko ogółem: 67.51 g; Tłuszcz: 57.65 g; Węglowodany ogółem: 347.14 g; Wapń: 321.32 mg; Żelazo: 12.29 mg; Potas: 3841.94 mg; Sól: 14.38 g; Fosfor: 1043.77 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1732.45 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 118.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; suma cukrów prostych: 60.85 g;		
środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany(2.00 porcje) 70 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2448.67 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; Wapń: 1130.18 mg; Żelazo: 13.05 mg; Potas: 4755.94 mg; Sól: 16.22 g; Fosfor: 1791.17 mg; Witamina D: 4.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1793.39 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 117.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; suma cukrów prostych: 81.64 g;		
środa 2024-01-31		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 60 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , sok kubuś 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1961.1 kcal; Białko ogółem: 69.44 g; Tłuszcz: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 328.02 g; Wapń: 281.99 mg; Żelazo: 11.97 mg; Potas: 3804.98 mg; Sól: 15.57 g; Fosfor: 1028.22 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3425.17 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 109.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; suma cukrów prostych: 75.57 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

**Jadłospisy dla oddziałów**

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), pieczeń wied 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Papryka konserwowa 50 g ( <b>GOR,</b> ),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), rzodkiew biała 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2357.83 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 84.77 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Wapń: 1102.7 mg; Żelazo: 11.41 mg; Potas: 3754.43 mg; Sól: 11.85 g; Fosfor: 1677.63 mg; Witamina D: 4.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1946.58 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 139.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.8 g; suma cukrów prostych: 72.44 g;		
<b>czwartek 2024-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), pieczeń wied 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL,</b> ), Papryka konserwowa DZ 40 g ( <b>GOR,</b> ),	Zupa pieczarkowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z pory i marchwi DZ 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), rzodkiew biała 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona cebulka 1 g , pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1967.75 kcal; Białko ogółem: 73.49 g; Tłuszcz: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 259.75 g; Wapń: 1023.64 mg; Żelazo: 8.41 mg; Potas: 3110.43 mg; Sól: 9.99 g; Fosfor: 1374.71 mg; Witamina D: 1.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1572.59 ug; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 117.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.92 g; suma cukrów prostych: 80.44 g;		
<b>czwartek 2024-02-01</b> <b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2091.61 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 59.33 g; Węglowodany ogółem: 304.88 g; Wapń: 654.52 mg; Żelazo: 8.77 mg; Potas: 3557.07 mg; Sól: 14.76 g; Fosfor: 1350.68 mg; Witamina D: 3.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1447.78 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 86.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g; suma cukrów prostych: 73.95 g;

**czwartek 2024-02-01****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona cebulka 1 g , pomidory 30 g ,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1734.8 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 256.28 g; Wapń: 601.67 mg; Żelazo: 6.85 mg; Potas: 3045.04 mg; Sól: 12.55 g; Fosfor: 1111.36 mg; Witamina D: .63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1144.48 ug; Witamina B6: 1.98 mg; Witamina C: 80.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.19 g; suma cukrów prostych: 82.66 g;

**czwartek 2024-02-01****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
---	--	--

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1762.26 kcal; Białko ogółem: 69.33 g; Tłuszcz: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; Wapń: 199.68 mg; Żelazo: 8.68 mg; Potas: 2899.7 mg; Sól: 15.12 g; Fosfor: 966.37 mg; Witamina D: 2.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1561.85 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 87.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 50.52 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona cebulka 1 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> <b>GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1800.61 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; Wapń: 488.14 mg; Żelazo: 9.29 mg; Potas: 3276.15 mg; Sól: 15.73 g; Fosfor: 1247.93 mg; Witamina D: 2.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1602.59 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 89.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; suma cukrów prostych: 20.14 g;			
czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), Twarożek ze śmietaną. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona cebulka 1 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU,</b> <b>MLE,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU,</b> <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2079.53 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 66.86 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; Wapń: 1003.39 mg; Żelazo: 13.25 mg; Potas: 4542.54 mg; Sól: 15.23 g; Fosfor: 1924.08 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1814.73 ug; Witamina B6: 3.04 mg; Witamina C: 140.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.2 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; suma cukrów prostych: 39.36 g;			
czwartek 2024-02-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ,</b> <b>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretką jarska. 150 g ( <b>GLU,</b> <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1692.82 kcal; Białko ogółem: 58.18 g; Tłuszcz: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 295.61 g; Wapń: 192.46 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 3391.03 mg; Sól: 12.64 g; Fosfor: 810.25 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1913.02 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 216.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; suma cukrów prostych: 24.98 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-01			Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretka jarska. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1690.57 kcal; Białko ogółem: 56.87 g; Tłuszcz: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 295.78 g; Wapń: 179.72 mg; Żelazo: 8.28 mg; Potas: 2951.64 mg; Sól: 12.62 g; Fosfor: 780.68 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1899.88 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 186.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; suma cukrów prostych: 54.71 g;					
czwartek 2024-02-01			Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom. z ziel. ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2346.47 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 322.06 g; Wapń: 872.75 mg; Żelazo: 9.63 mg; Potas: 4239.93 mg; Sól: 15.1 g; Fosfor: 1709.95 mg; Witamina D: 3.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1743.21 ug; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 105.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; suma cukrów prostych: 74.83 g;					
czwartek 2024-02-01			Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1736.14 kcal; Białko ogółem: 63.77 g; Tłuszcz: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 286.32 g; Wapń: 129.75 mg; Żelazo: 7.52 mg; Potas: 2843.23 mg; Sól: 13.53 g; Fosfor: 849.26 mg; Witamina D: 2.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1150.41 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 159.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; suma cukrów prostych: 52.3 g;					

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>piątek 2024-02-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlecki z jajek 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew z groszkiem. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), paprykarz szczeciński 110 g , ogórek świeży 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2503.96 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz: 89.33 g; Węglowodany ogółem: 357.86 g; Wapń: 837.37 mg; Żelazo: 13.61 mg; Potas: 3365.03 mg; Sól: 14.55 g; Fosfor: 1677.19 mg; Witamina D: 5.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3202.11 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 82.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; suma cukrów prostych: 83.82 g;		
<b>piątek 2024-02-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 40 g , ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa góraska DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlecki z jajek DZ 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew z groszkiem.DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), paprykarz szczeciński 110 g , ogórek świeży 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1941.91 kcal; Białko ogółem: 55.5 g; Tłuszcz: 65.49 g; Węglowodany ogółem: 286.66 g; Wapń: 862.92 mg; Żelazo: 8.93 mg; Potas: 2824.89 mg; Sól: 12.19 g; Fosfor: 1354.16 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2140.72 ug; Witamina B6: 1.48 mg; Witamina C: 83.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; suma cukrów prostych: 74.31 g;		
<b>piątek 2024-02-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2316.44 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 55.83 g; Węglowodany ogółem: 372.47 g; Wapń: 737.8 mg; Żelazo: 12.11 mg; Potas: 4153.74 mg; Sól: 14.41 g; Fosfor: 1509.39 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1983.11 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 121.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; suma cukrów prostych: 91.6 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną DZ 40 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa górską DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny DZ 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1928.12 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz: 48.86 g; Węglowodany ogółem: 302.75 g; Wapń: 768.1 mg; Żelazo: 9.45 mg; Potas: 3547.28 mg; Sól: 11.87 g; Fosfor: 1299.77 mg; Witamina D: 1.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1532.72 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 114.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; suma cukrów prostych: 81 g;			
piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1940.17 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; Wapń: 290.29 mg; Żelazo: 11.47 mg; Potas: 3542.95 mg; Sól: 14.01 g; Fosfor: 1148.8 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1770.09 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 117.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; suma cukrów prostych: 75.42 g;			
piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1933.07 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 40.4 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; Wapń: 550.71 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 4037.75 mg; Sól: 14.26 g; Fosfor: 1344.94 mg; Witamina D: 2.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1799.93 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 132.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; suma cukrów prostych: 46.43 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1873.25 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 49.26 g; Węglowodany ogółem: 284.37 g; Wapń: 627.22 mg; Żelazo: 14.57 mg; Potas: 4463.13 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1595.1 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3284.68 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 129.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.74 g; Błonnik pokarmowy: 47.47 g; suma cukrów prostych: 32.84 g;			
piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1838.28 kcal; Białko ogółem: 62.03 g; Tłuszcz: 44.82 g; Węglowodany ogółem: 307.83 g; Wapń: 285.82 mg; Żelazo: 11.63 mg; Potas: 3725.28 mg; Sól: 13.41 g; Fosfor: 1046.38 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1883.4 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 142.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.51 g; suma cukrów prostych: 26.1 g;			
piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1920.63 kcal; Białko ogółem: 60.87 g; Tłuszcz: 43.61 g; Węglowodany ogółem: 328.9 g; Wapń: 279.6 mg; Żelazo: 10.79 mg; Potas: 3317.43 mg; Sól: 13.39 g; Fosfor: 1022.81 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1870.76 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 117.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g; suma cukrów prostych: 75.38 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2515.62 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 60.14 g; Węglowodany ogółem: 395.25 g; Wapń: 945.83 mg; Żelazo: 12.8 mg; Potas: 4453.91 mg; Sól: 15.31 g; Fosfor: 1685.79 mg; Witamina D: 4.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2035.27 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 136.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g; suma cukrów prostych: 91.79 g;			
piątek 2024-02-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2033.36 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 330.25 g; Wapń: 246.89 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 3760.72 mg; Sól: 14.08 g; Fosfor: 1208.07 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1864.15 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 117.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; suma cukrów prostych: 73.85 g;			

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>sobota 2024-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), pasztet drobiowy konserwowy 65 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), ogórek kiszony 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony w sosie. 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), kasza gryczana na sypko. 160 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Surówka wielowarzywna. 150 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2533.81 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 90.95 g; Węglowodany ogółem: 346 g; Wapń: 724.56 mg; Żelazo: 12.86 mg; Potas: 3494.9 mg; Sól: 15.35 g; Fosfor: 1557.54 mg; Witamina D: 4.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1662.85 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 113.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g; suma cukrów prostych: 70.81 g;		
<b>sobota 2024-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), pasztet drobiowy konserwowy 65 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), ogórek kiszony 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony w sosie DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Surówka wielowarzywna DZ 100 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), pomidory 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2183.18 kcal; Białko ogółem: 71.76 g; Tłuszcz: 85.58 g; Węglowodany ogółem: 283.71 g; Wapń: 875.98 mg; Żelazo: 9.47 mg; Potas: 2999.9 mg; Sól: 13.19 g; Fosfor: 1352.7 mg; Witamina D: 1.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1414.21 ug; Witamina B6: 1.73 mg; Witamina C: 87.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g; suma cukrów prostych: 85.15 g;		
<b>sobota 2024-02-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w sosie koperkowym 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2355.08 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 67.97 g; Węglowodany ogółem: 353.7 g; Wapń: 683.68 mg; Żelazo: 12.51 mg; Potas: 3607.37 mg; Sól: 15.43 g; Fosfor: 1438.55 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3212.22 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 68.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; suma cukrów prostych: 72.03 g;</p>		
<b>sobota 2024-02-03</b>		<b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b>
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 10 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w sosie koperkowym DZ. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), pomidory 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2024.18 kcal; Białko ogółem: 74.65 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 289.68 g; Wapń: 850.01 mg; Żelazo: 9.53 mg; Potas: 3163.06 mg; Sól: 13.14 g; Fosfor: 1313.54 mg; Witamina D: 1.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2350.33 ug; Witamina B6: 1.84 mg; Witamina C: 57.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; suma cukrów prostych: 86.58 g;</p>		
<b>sobota 2024-02-03</b>		<b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b>
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w sosie koperkowym 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1866.19 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 314.95 g; Wapń: 237.33 mg; Żelazo: 11.22 mg; Potas: 2957.99 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1115.9 mg; Witamina D: 2.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2950.51 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 63.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 55.91 g;</p>		



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		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> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), keczup 15 g ( <i>SOJ, SEL, GOR,</i> ), <b>II Śniadanie:</b> 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> ), bitki wołowe w sosie koperkowym 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Marchew gotowana. 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, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), twaróg półtłusty 60 g ( <i>MLE,</i> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica z ind 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1867.19 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 39.87 g; Węglowodany ogółem: 302.6 g; Wapń: 497.77 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3452.83 mg; Sól: 14.6 g; Fosfor: 1312.04 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2980.35 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 78.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; suma cukrów prostych: 28.92 g;			
sobota 2024-02-03		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> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), keczup 15 g ( <i>SOJ, SEL, GOR,</i> ), <b>II Śniadanie:</b> 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> ), bitki wołowe w sosie koperkowym 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Surówka wielowarzywna. 150 g ( <i>GOR,</i> ), Buraczki z wody jako II jarzyna 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> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <i>SOJ, MLE,</i> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica z ind 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2011.63 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 62.79 g; Węglowodany ogółem: 287.89 g; Wapń: 591.87 mg; Żelazo: 15.62 mg; Potas: 3937.48 mg; Sól: 15.15 g; Fosfor: 1523.58 mg; Witamina D: 3.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1187.48 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 134.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; suma cukrów prostych: 35.48 g;			
sobota 2024-02-03		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> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), keczup 15 g ( <i>SOJ, SEL, GOR,</i> ), <b>II Śniadanie:</b> 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> ), bitki wołowe w sosie koperkowym nerkowa. 60 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), 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 , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica z ind 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2172.16 kcal; Białko ogółem: 65.89 g; Tłuszcz: 48.94 g; Węglowodany ogółem: 378.48 g; Wapń: 214 mg; Żelazo: 12.88 mg; Potas: 4192.95 mg; Sól: 14.34 g; Fosfor: 1099.73 mg; Witamina D: 3.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3109.57 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 122.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.03 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; suma cukrów prostych: 25.47 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w sosie koperkowym nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2169.91 kcal; Białko ogółem: 64.58 g; Tłuszcz: 47.63 g; Węglowodany ogółem: 378.65 g; Wapń: 201.26 mg; Żelazo: 11.89 mg; Potas: 3753.56 mg; Sól: 14.32 g; Fosfor: 1070.16 mg; Witamina D: 3.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3096.43 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 92.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.9 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; suma cukrów prostych: 55.2 g;			
sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w sosie koperkowym( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2583.37 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 368.78 g; Wapń: 903.96 mg; Żelazo: 15.07 mg; Potas: 4253.22 mg; Sól: 16.4 g; Fosfor: 1781.46 mg; Witamina D: 4.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3287.13 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 84.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; suma cukrów prostych: 72.59 g;			
sobota 2024-02-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w sosie koperkowym 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2216.31 kcal; Białko ogółem: 72.94 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 378.65 g; Wapń: 202.46 mg; Żelazo: 12.81 mg; Potas: 3903.56 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 1151.76 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3100.83 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 92.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; suma cukrów prostych: 55.2 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-02-04</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Papryka konserwowa 50 g ( <b>GOR,</b> ), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak pieczony. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), rzodkiew biała 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2300.52 kcal; Białko ogółem: 94.1 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 318.23 g; Wapń: 752.04 mg; Żelazo: 13.06 mg; Potas: 3772.93 mg; Sól: 14.42 g; Fosfor: 1527.21 mg; Witamina D: 5.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1090.52 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 115.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.89 g; Błonnik pokarmowy: 24.7 g; suma cukrów prostych: 72.42 g;		
<b>niedziela 2024-02-04</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Papryka konserwowa DZ 40 g ( <b>GOR,</b> ), Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak pieczony DZ. 120 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Ćwikła DZ 100 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Herbatniki petititki 25 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), rzodkiew biała 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2013.85 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 63.38 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Wapń: 606.57 mg; Żelazo: 10.81 mg; Potas: 3175.7 mg; Sól: 11.51 g; Fosfor: 1188.13 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 796.87 ug; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 98.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g; suma cukrów prostych: 67.65 g;		
<b>niedziela 2024-02-04</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		

**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2448.16 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; Wapń: 644.34 mg; Żelazo: 11.57 mg; Potas: 3912.62 mg; Sól: 17.17 g; Fosfor: 1432.72 mg; Witamina D: 4.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3077.52 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 80.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 69.7 g;		
<b>niedziela 2024-02-04</b> <b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany DZ 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Herbatniki petititki 25 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco DZ 70 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 10 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 40 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1993.84 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 70.9 g; Węglowodany ogółem: 268.63 g; Wapń: 487.91 mg; Żelazo: 8.61 mg; Potas: 3065.66 mg; Sól: 13.01 g; Fosfor: 1086.08 mg; Witamina D: 1.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2099.79 ug; Witamina B6: 2.1 mg; Witamina C: 67.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g; suma cukrów prostych: 62.87 g;		
<b>niedziela 2024-02-04</b> <b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1824.8 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 279.47 g; Wapń: 183.83 mg; Żelazo: 9.9 mg; Potas: 3403.18 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 1179.06 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2842.03 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 72.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g; suma cukrów prostych: 51.19 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> <b>GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ,</b> <b>SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1847.6 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 273.25 g; Wapń: 227.55 mg; Żelazo: 10.9 mg; Potas: 3713.47 mg; Sól: 14.71 g; Fosfor: 1294.7 mg; Witamina D: 3.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2883.38 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 88.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; suma cukrów prostych: 15.25 g;			
niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), Twarożek z konc. pomidor. 30 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> <b>GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL,</b> <b>GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> <b>MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2074.23 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 77.5 g; Węglowodany ogółem: 257.98 g; Wapń: 328.77 mg; Żelazo: 16.12 mg; Potas: 4036.69 mg; Sól: 16.85 g; Fosfor: 1463.69 mg; Witamina D: 4.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1237.57 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 113.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; suma cukrów prostych: 23.2 g;			
niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ,</b> <b>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</b> <b>GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> <b>SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU,</b> <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1936.13 kcal; Białko ogółem: 65.07 g; Tłuszcz: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; Wapń: 233.75 mg; Żelazo: 11.75 mg; Potas: 3846.98 mg; Sól: 16.7 g; Fosfor: 1001.52 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3303.8 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 133.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g; suma cukrów prostych: 21.81 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1938.33 kcal; Białko ogółem: 63.73 g; Tłuszcz: 45.01 g; Węglowodany ogółem: 324.93 g; Wapń: 220.74 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3397.85 mg; Sól: 16.68 g; Fosfor: 971.29 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3290.37 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 103.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g; suma cukrów prostych: 53.32 g;		
niedziela 2024-02-04		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco.( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2817.98 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 113.32 g; Węglowodany ogółem: 339.7 g; Wapń: 850.24 mg; Żelazo: 12.95 mg; Potas: 4298.72 mg; Sól: 19.53 g; Fosfor: 1643.88 mg; Witamina D: 5.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3108.96 ug; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 94.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; suma cukrów prostych: 69.7 g;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

niedziela 2024-02-04	Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2127.84 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 74.66 g; Węglowodany ogółem: 285.56 g; Wapń: 189.78 mg; Żelazo: 10.92 mg; Potas: 3294.58 mg; Sól: 16.79 g; Fosfor: 1081.22 mg; Witamina D: 4.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2979.4 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 75.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; suma cukrów prostych: 53.13 g;		