

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2122.5 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 56.73 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; Wapń: 702.87 mg; Żelazo: 9.59 mg; Potas: 3837.96 mg; Sól: 15.29 g; Fosfor: 1493.49 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1150.53 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 91.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; suma cukrów prostych: 76.82 g;		
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1829.8 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 50.33 g; Węglowodany ogółem: 270.66 g; Wapń: 879.51 mg; Żelazo: 7.3 mg; Potas: 3422.44 mg; Sól: 13.15 g; Fosfor: 1373.82 mg; Witamina D: .85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 868.81 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 78.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; suma cukrów prostych: 91.84 g;		
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1752.89 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; Wapń: 231.84 mg; Żelazo: 9.15 mg; Potas: 3217.89 mg; Sól: 14.88 g; Fosfor: 1153.92 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 893.63 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 86.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; suma cukrów prostych: 54.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. 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>), południca sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy. 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1745.79 kcal; Białko ogółem: 83.8 g; Tłuszcz: 33.8 g; Węglowodany ogółem: 282.51 g; Wapń: 492.26 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 3712.69 mg; Sól: 15.13 g; Fosfor: 1350.06 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 923.47 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 101.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.4 g; Błonnik pokarmowy: 30 g; suma cukrów prostych: 25.54 g;			
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (<i>GLU, MLE,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), południca sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy. 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2020.95 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 59.59 g; Węglowodany ogółem: 282.5 g; Wapń: 1019.41 mg; Żelazo: 13.11 mg; Potas: 4687.11 mg; Sól: 15.31 g; Fosfor: 1919.83 mg; Witamina D: 3.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1226.92 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 118.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.76 g; suma cukrów prostych: 44.18 g;			
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D6 Z ograni. przysw. 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>), południca sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Galaretką jarska. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1739.04 kcal; Białko ogółem: 59.75 g; Tłuszcz: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 297.14 g; Wapń: 473.33 mg; Żelazo: 9.98 mg; Potas: 3801.5 mg; Sól: 13.42 g; Fosfor: 1095.86 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1633.87 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 208.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; suma cukrów prostych: 31.04 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1744.89 kcal; Białko ogółem: 58.44 g; Tłuszcz: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; Wapń: 460.61 mg; Żelazo: 8.99 mg; Potas: 3362.15 mg; Sól: 13.4 g; Fosfor: 1066.29 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1620.73 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 178 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; suma cukrów prostych: 62.77 g;		
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2358.91 kcal; Białko ogółem: 114.5 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; Wapń: 917.47 mg; Żelazo: 10.67 mg; Potas: 4460.47 mg; Sól: 16.35 g; Fosfor: 1865.68 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1218.02 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 107.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 77.06 g;		
poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1843.16 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; Wapń: 224.6 mg; Żelazo: 10.01 mg; Potas: 3477.51 mg; Sól: 15.04 g; Fosfor: 1098.17 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1739.01 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 110.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; suma cukrów prostych: 55.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2221.65 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 60.96 g; Węglowodany ogółem: 333.08 g; Wapń: 739.47 mg; Żelazo: 10.13 mg; Potas: 4009.75 mg; Sól: 14.73 g; Fosfor: 1523.3 mg; Witamina D: 3.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3698.45 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 89.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 71.27 g;

wtorek 2024-02-27**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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

Zupa pomidorowa z ryżem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (**GLU, MLE,**), Sos koperkowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
biszkopty 30 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 30 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1845.77 kcal; Białko ogółem: 72.26 g; Tłuszcz: 51.54 g; Węglowodany ogółem: 278.08 g; Wapń: 575.36 mg; Żelazo: 8.04 mg; Potas: 3223.52 mg; Sól: 11.41 g; Fosfor: 1204.48 mg; Witamina D: .78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2719.25 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 76.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; suma cukrów prostych: 75.68 g;

wtorek 2024-02-27**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos koperkowy. 30 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (**GLU,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1732.36 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 297.62 g; Wapń: 237.9 mg; Żelazo: 8.71 mg; Potas: 3285.96 mg; Sól: 14.3 g; Fosfor: 1063.73 mg; Witamina D: 2.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3437.74 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; suma cukrów prostych: 52.9 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1733.36 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 285.27 g; Wapń: 498.34 mg; Żelazo: 9.3 mg; Potas: 3780.8 mg; Sól: 14.54 g; Fosfor: 1259.87 mg; Witamina D: 2.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3467.58 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 99.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; suma cukrów prostych: 25.91 g;			
wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1865.42 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 53.59 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; Wapń: 620.84 mg; Żelazo: 11.79 mg; Potas: 4140.03 mg; Sól: 14.41 g; Fosfor: 1552.65 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2836.93 ug; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 130.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; suma cukrów prostych: 31.04 g;			
wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2132.75 kcal; Białko ogółem: 70.02 g; Tłuszcz: 47.68 g; Węglowodany ogółem: 365.81 g; Wapń: 244.51 mg; Żelazo: 11.25 mg; Potas: 4129.74 mg; Sól: 16.87 g; Fosfor: 1045.53 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3986.43 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 146.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.6 g; suma cukrów prostych: 48.56 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2029.25 kcal; Białko ogółem: 68.71 g; Tłuszcz: 46.37 g; Węglowodany ogółem: 341.03 g; Wapń: 231.52 mg; Żelazo: 10.26 mg; Potas: 3689.85 mg; Sól: 16.85 g; Fosfor: 1015.96 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3973.29 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 116.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; suma cukrów prostych: 53.34 g;			
wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2476.51 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 350.26 g; Wapń: 957.7 mg; Żelazo: 10.99 mg; Potas: 4692.61 mg; Sól: 15.06 g; Fosfor: 1882.57 mg; Witamina D: 3.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3993.88 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 109.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; suma cukrów prostych: 72.15 g;			
wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2070.96 kcal; Białko ogółem: 72.6 g; Tłuszcz: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; Wapń: 232.74 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 3759.65 mg; Sól: 16.87 g; Fosfor: 1059.4 mg; Witamina D: 3.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3990.65 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 116.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; suma cukrów prostych: 53.35 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), ogórek świeży 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa górską 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kiszka pieczona z cebulką. 180 g , Ziemniaki. 200 g , Kapusta kiszona zasmażana. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera topionego , kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g (JAJ, SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2187.68 kcal; Białko ogółem: 65.92 g; Tłuszcz: 76.87 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; Wapń: 665.48 mg; Żelazo: 12.07 mg; Potas: 3169.11 mg; Sól: 15.18 g; Fosfor: 1255.5 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 981.63 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 86.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; suma cukrów prostych: 62.84 g;		
środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), ogórek świeży 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa górską DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kiszka pieczona z cebulką. 180 g , Ziemniaki DZ 190 g , Kapusta kiszona zasmażana DZ 100 g (GLU,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1872.6 kcal; Białko ogółem: 52.93 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; Wapń: 574.81 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 2569.14 mg; Sól: 12.81 g; Fosfor: 1021.28 mg; Witamina D: 1.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 751.4 ug; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 75.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.53 g; Błonnik pokarmowy: 18.8 g; suma cukrów prostych: 69.7 g;		
środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), Zupa górską 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2260.25 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 66.98 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; Wapń: 674.13 mg; Żelazo: 13.03 mg; Potas: 3859.29 mg; Sól: 15.5 g; Fosfor: 1391.3 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1726.28 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 97.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; suma cukrów prostych: 76.18 g;

środa 2024-02-28**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), keczup 10 g (**SOJ, SEL, GOR,**),

Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**), Zupa góraska DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany. 65 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

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

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1880.01 kcal; Białko ogółem: 65.26 g; Tłuszcz: 57.52 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Wapń: 538.18 mg; Żelazo: 10.12 mg; Potas: 3208.53 mg; Sól: 12.97 g; Fosfor: 1098.09 mg; Witamina D: 1.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1462.06 ug; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 88.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; suma cukrów prostych: 79.5 g;

środa 2024-02-28**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 50 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), keczup 15 g (**SOJ, SEL, GOR,**),

Zupa góraska 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

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

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1714.89 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; Wapń: 268.13 mg; Żelazo: 11.84 mg; Potas: 3236.37 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1092.11 mg; Witamina D: 2.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1499.75 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 93.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 61.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1715.89 kcal; Białko ogółem: 76.9 g; Tłuszcz: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; Wapń: 528.57 mg; Żelazo: 12.43 mg; Potas: 3731.21 mg; Sól: 14.73 g; Fosfor: 1288.25 mg; Witamina D: 2.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1529.59 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 107.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 34.62 g;			
środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1848.93 kcal; Białko ogółem: 74.03 g; Tłuszcz: 59.7 g; Węglowodany ogółem: 259.63 g; Wapń: 544.21 mg; Żelazo: 15.33 mg; Potas: 4083.09 mg; Sól: 15.19 g; Fosfor: 1467.54 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1670.5 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 142.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.77 g; Błonnik pokarmowy: 40.8 g; suma cukrów prostych: 35.5 g;			
środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2094.6 kcal; Białko ogółem: 64.12 g; Tłuszcz: 52.5 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; Wapń: 241.44 mg; Żelazo: 13.76 mg; Potas: 3822.77 mg; Sól: 14.47 g; Fosfor: 1032.83 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1673.19 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 134.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; suma cukrów prostych: 34.74 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2105.3 kcal; Białko ogółem: 62.76 g; Tłuszcz: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; Wapń: 228.17 mg; Żelazo: 12.72 mg; Potas: 3363.92 mg; Sól: 14.45 g; Fosfor: 1001.95 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1659.47 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 103.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; suma cukrów prostych: 69 g;		
środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany(2.00 porcje) 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2430.7 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 71.8 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Wapń: 884.31 mg; Żelazo: 13.94 mg; Potas: 4368.31 mg; Sól: 15.76 g; Fosfor: 1664.1 mg; Witamina D: 4.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1754.78 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 112.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; suma cukrów prostych: 76.18 g;		
środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2131.62 kcal; Białko ogółem: 67.43 g; Tłuszcz: 52 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; Wapń: 231.23 mg; Żelazo: 12.92 mg; Potas: 3444.1 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1044.39 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1659.47 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 103.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; suma cukrów prostych: 69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka kons. baton 50 g (GLU, SOJ, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), kasza gryczana na sypko. 160 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), musztarda 15 g (GOR, SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2626.35 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 101.11 g; Węglowodany ogółem: 338.3 g; Wapń: 680.81 mg; Żelazo: 13.47 mg; Potas: 3360.06 mg; Sól: 17.97 g; Fosfor: 1614.5 mg; Witamina D: 4.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 948.2 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 103.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; suma cukrów prostych: 69.32 g;		
czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka kons. baton 40 g (GLU, SOJ, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego DZ 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), musztarda 10 g (GOR, SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2100.36 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 264.26 g; Wapń: 724.25 mg; Żelazo: 9.5 mg; Potas: 2715.89 mg; Sól: 13.84 g; Fosfor: 1304.28 mg; Witamina D: 1.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 751.4 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 96.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.35 g; Błonnik pokarmowy: 18 g; suma cukrów prostych: 62.99 g;		
czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2442.39 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 323.03 g; Wapń: 667.75 mg; Żelazo: 12.09 mg; Potas: 4260.59 mg; Sól: 16.33 g; Fosfor: 1478.5 mg; Witamina D: 4.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1168.92 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 111.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; suma cukrów prostych: 72.16 g;</p>		
<p>czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),</p>	<p>Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany DZ 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1990.63 kcal; Białko ogółem: 78.88 g; Tłuszcz: 70.74 g; Węglowodany ogółem: 260.49 g; Wapń: 735.55 mg; Żelazo: 9.44 mg; Potas: 3681.26 mg; Sól: 13.57 g; Fosfor: 1299.01 mg; Witamina D: 1.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 911.59 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 108.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.78 g; Błonnik pokarmowy: 18.27 g; suma cukrów prostych: 66.12 g;</p>		
<p>czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,</p>	<p>Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1801.31 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 275.72 g; Wapń: 190.72 mg; Żelazo: 10.07 mg; Potas: 3723.67 mg; Sól: 13.42 g; Fosfor: 1198.79 mg; Witamina D: 2.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 906.83 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 103.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; suma cukrów prostych: 51.32 g;</p>		
<p>czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i</p>		
<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,</p>	<p>Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),</p>	<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1839.66 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 262.38 g; Wapń: 479.18 mg; Żelazo: 10.69 mg; Potas: 4100.12 mg; Sól: 14.03 g; Fosfor: 1480.35 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 947.57 ug; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 105.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; suma cukrów prostych: 20.94 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2147.36 kcal; Białko ogółem: 93.6 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 254.24 g; Wapń: 589.37 mg; Żelazo: 15.06 mg; Potas: 4599.16 mg; Sól: 18.7 g; Fosfor: 1711.4 mg; Witamina D: 4.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1650.63 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 124.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.56 g; suma cukrów prostych: 28.27 g;			
czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2128.09 kcal; Białko ogółem: 63.5 g; Tłuszcz: 57.68 g; Węglowodany ogółem: 347.3 g; Wapń: 229.54 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 3939.13 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1035.04 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1583.32 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 143.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 23.54 g;			
czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2125.84 kcal; Białko ogółem: 62.19 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 347.47 g; Wapń: 216.8 mg; Żelazo: 10.46 mg; Potas: 3499.74 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1005.47 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1570.18 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 113.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.8 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; suma cukrów prostych: 53.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco.(2.00 porcje) 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2812.21 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 112.46 g; Węglowodany ogółem: 337.62 g; Wapń: 873.65 mg; Żelazo: 13.47 mg; Potas: 4646.69 mg; Sól: 18.68 g; Fosfor: 1689.66 mg; Witamina D: 5.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1200.36 ug; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 126.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; suma cukrów prostych: 72.16 g;			
czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2152.03 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 279.41 g; Wapń: 159.09 mg; Żelazo: 11.19 mg; Potas: 3807.96 mg; Sól: 15.95 g; Fosfor: 1179.89 mg; Witamina D: 4.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1006.65 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 104.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g; suma cukrów prostych: 51.95 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), ser topiony 50 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlecki z jajek 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2471.59 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 87.96 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; Wapń: 879.16 mg; Żelazo: 11.79 mg; Potas: 3382.97 mg; Sól: 14.65 g; Fosfor: 1652.17 mg; Witamina D: 5.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3692.49 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 83.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 90.45 g;		
piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), ser topiony 50 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , pomidory 40 g ,	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlecki z jajek DZ 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2079.82 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 292.1 g; Wapń: 1106.14 mg; Żelazo: 7.79 mg; Potas: 3134.66 mg; Sól: 12.47 g; Fosfor: 1498.06 mg; Witamina D: 1.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2610.69 ug; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 74.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; suma cukrów prostych: 105.68 g;		
piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2231.2 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; Tłuszcz: 53.75 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; Wapń: 730.7 mg; Żelazo: 10.51 mg; Potas: 4076.95 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1362.02 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2775.46 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 119.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g; suma cukrów prostych: 96.28 g;		
piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną DZ 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 40 g ,	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z selera i marchwi DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2009.76 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 55.12 g; Węglowodany ogółem: 304.8 g; Wapń: 970.15 mg; Żelazo: 8.31 mg; Potas: 3765.81 mg; Sól: 12.19 g; Fosfor: 1341.75 mg; Witamina D: 1.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2071.68 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 101.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; suma cukrów prostych: 109.52 g;		
piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1937.68 kcal; Białko ogółem: 75.9 g; Tłuszcz: 35.7 g; Węglowodany ogółem: 335.38 g; Wapń: 285.34 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3487.08 mg; Sól: 13.71 g; Fosfor: 1040.84 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2562.43 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 114.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g; suma cukrów prostych: 75.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1854.08 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; Wapń: 539.26 mg; Żelazo: 10.53 mg; Potas: 3950.38 mg; Sól: 13.96 g; Fosfor: 1230.98 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2591.77 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 124.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g; suma cukrów prostych: 28.63 g;			
piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z selera i marchwi. 150 g (MLE,), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 150 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2035.1 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 296.72 g; Wapń: 1039.72 mg; Żelazo: 13.78 mg; Potas: 4849.35 mg; Sól: 14.12 g; Fosfor: 1780.84 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2813.25 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 137.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.82 g; Błonnik pokarmowy: 45.89 g; suma cukrów prostych: 44.97 g;			
piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1858.91 kcal; Białko ogółem: 63.13 g; Tłuszcz: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; Wapń: 284 mg; Żelazo: 10.41 mg; Potas: 3681.89 mg; Sól: 13.66 g; Fosfor: 951.71 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2687.57 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 139.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.44 g; suma cukrów prostych: 25.92 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1941.26 kcal; Białko ogółem: 61.97 g; Tłuszcz: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 335.39 g; Wapń: 277.78 mg; Żelazo: 9.57 mg; Potas: 3274.04 mg; Sól: 13.64 g; Fosfor: 928.14 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2674.93 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 114.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g; suma cukrów prostych: 75.2 g;			
piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2430.38 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 379.43 g; Wapń: 938.58 mg; Żelazo: 11.2 mg; Potas: 4377.12 mg; Sól: 14.53 g; Fosfor: 1538.38 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2827.62 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 134.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g; suma cukrów prostych: 96.47 g;			
piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2030.87 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 333.08 g; Wapń: 241.94 mg; Żelazo: 10.27 mg; Potas: 3704.85 mg; Sól: 13.78 g; Fosfor: 1100.12 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2656.5 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 114.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; suma cukrów prostych: 73.6 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pieczeń węd 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), ogórek świeży 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa fasolowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew biała 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kcal: 2363.58 kcal; Białko ogółem: 97 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; Wapń: 820.55 mg; Żelazo: 15.42 mg; Potas: 4222.59 mg; Sól: 14.27 g; Fosfor: 1721.98 mg; Witamina D: 5.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1402.52 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 91.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; suma cukrów prostych: 68.2 g;		
sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pieczeń węd 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), ogórek świeży 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z pory i marchwi DZ 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petititki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew biała 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kcal: 1950.32 kcal; Białko ogółem: 71.62 g; Tłuszcz: 57.12 g; Węglowodany ogółem: 292.06 g; Wapń: 628.34 mg; Żelazo: 10.59 mg; Potas: 3201.98 mg; Sól: 12.72 g; Fosfor: 1233.91 mg; Witamina D: 2.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1219.69 ug; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 75.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; suma cukrów prostych: 62.16 g;		
sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2197.24 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 55.96 g; Węglowodany ogółem: 337.68 g; Wapń: 723.77 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 3776.08 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1472.97 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3393.2 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 77.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; suma cukrów prostych: 70.1 g;

sobota 2024-03-02**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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

Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Sos koperkowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Herbatniki petitiki 25 g (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 30 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1883.05 kcal; Białko ogółem: 70.18 g; Tłuszcz: 48.91 g; Węglowodany ogółem: 294.07 g; Wapń: 566.96 mg; Żelazo: 8.01 mg; Potas: 3005.97 mg; Sól: 13.05 g; Fosfor: 1137.81 mg; Witamina D: .99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2405.4 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 66.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.11 g; suma cukrów prostych: 63.9 g;

sobota 2024-03-02**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Sos koperkowy. 30 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (**GLU,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1751.89 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 295.96 g; Wapń: 234.07 mg; Żelazo: 9.69 mg; Potas: 3115.49 mg; Sól: 14.65 g; Fosfor: 1082.14 mg; Witamina D: 2.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3142.52 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 73.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.8 g; suma cukrów prostych: 51.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1752.89 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; Wapń: 494.51 mg; Żelazo: 10.28 mg; Potas: 3610.33 mg; Sól: 14.9 g; Fosfor: 1278.28 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3172.36 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 88.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; suma cukrów prostych: 24.99 g;			
sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1829.76 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 264.95 g; Wapń: 626.65 mg; Żelazo: 13.56 mg; Potas: 4061.15 mg; Sól: 14.72 g; Fosfor: 1581.61 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2789.65 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 110.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.06 g; suma cukrów prostych: 30.04 g;			
sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1972.78 kcal; Białko ogółem: 64.51 g; Tłuszcz: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; Wapń: 207.38 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 4439.3 mg; Sól: 14.62 g; Fosfor: 1039.92 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3520.12 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 136.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; suma cukrów prostych: 22.37 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1970.53 kcal; Białko ogółem: 63.2 g; Tłuszcz: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 334.8 g; Wapń: 194.64 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3999.91 mg; Sól: 14.6 g; Fosfor: 1010.35 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3506.98 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 106.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; suma cukrów prostych: 52.1 g;			
sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem .(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2424.05 kcal; Białko ogółem: 115.5 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 357.26 g; Wapń: 935.48 mg; Żelazo: 11.91 mg; Potas: 4391.57 mg; Sól: 16.1 g; Fosfor: 1836.19 mg; Witamina D: 4.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3453.35 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 92.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.2 g; suma cukrów prostych: 70.27 g;			
sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2023.02 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 45.92 g; Węglowodany ogółem: 338.54 g; Wapń: 199.03 mg; Żelazo: 10.85 mg; Potas: 4118.23 mg; Sól: 14.69 g; Fosfor: 1087.12 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3520.99 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 106.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.1 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; suma cukrów prostych: 52.16 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet pieczony wieprz. 70 g , ogórek kiszony 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko . 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania. 160 g (GLU, JAJ,), Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g (JAJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2376.27 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 84.03 g; Węglowodany ogółem: 327.15 g; Wapń: 1068.2 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 2486.26 mg; Sól: 13.98 g; Fosfor: 1461.55 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1203.08 ug; Witamina B6: 1.47 mg; Witamina C: 90.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; suma cukrów prostych: 66.01 g;		
niedziela 2024-03-03		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet pieczony wieprz. 60 g , ogórek kiszony 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko DZ 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania DZ. 140 g (GLU, JAJ,), Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretką owocową DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g (JAJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1894.8 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz: 72.7 g; Węglowodany ogółem: 249.23 g; Wapń: 908.7 mg; Żelazo: 7.33 mg; Potas: 1825.57 mg; Sól: 11.81 g; Fosfor: 1120.89 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.85 ug; Witamina B6: 1.02 mg; Witamina C: 66.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 16.8 g; suma cukrów prostych: 59.12 g;		
niedziela 2024-03-03		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2275.33 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 74.38 g; Węglowodany ogółem: 312.9 g; Wapń: 681.87 mg; Żelazo: 12.51 mg; Potas: 3998.95 mg; Sól: 15.42 g; Fosfor: 1513.37 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1117.21 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 89.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; suma cukrów prostych: 74.16 g;

niedziela 2024-03-03**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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

Krupnik DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Kurczak gotowany DZ 120 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:

Galaretki owocowa DZ 200 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g (**SOJ, MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 30 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1807.77 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 242.98 g; Wapń: 532.4 mg; Żelazo: 9.44 mg; Potas: 3186.63 mg; Sól: 12.92 g; Fosfor: 1169.99 mg; Witamina D: 1.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 788.21 ug; Witamina B6: 1.95 mg; Witamina C: 74.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g; suma cukrów prostych: 66.49 g;

niedziela 2024-03-03**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Kurczak gotowany. 160 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1812.66 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 42.65 g; Węglowodany ogółem: 279.79 g; Wapń: 251.14 mg; Żelazo: 10.89 mg; Potas: 3326.08 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 1141.82 mg; Witamina D: 2.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 933.56 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 85.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g; suma cukrów prostych: 58.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1817.31 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 268.33 g; Wapń: 511.87 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 3830.7 mg; Sól: 14.65 g; Fosfor: 1338.62 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 963.69 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 100.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; suma cukrów prostych: 31.79 g;			
niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.86 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 66.36 g; Węglowodany ogółem: 249.69 g; Wapń: 548.34 mg; Żelazo: 14.41 mg; Potas: 4206.98 mg; Sól: 15.13 g; Fosfor: 1532.82 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1073.32 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 135.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.17 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g; suma cukrów prostych: 33.59 g;			
niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1950.51 kcal; Białko ogółem: 56.73 g; Tłuszcz: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; Wapń: 207.72 mg; Żelazo: 11.97 mg; Potas: 4299.72 mg; Sól: 12.75 g; Fosfor: 902.5 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 831.64 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 222.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; suma cukrów prostych: 31.96 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1944.61 kcal; Białko ogółem: 55.39 g; Tłuszcz: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 350.29 g; Wapń: 194.69 mg; Żelazo: 10.96 mg; Potas: 3850.55 mg; Sól: 12.73 g; Fosfor: 872.27 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 818.21 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 191.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; suma cukrów prostych: 61.47 g;			
niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2366.83 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 324.75 g; Wapń: 882.87 mg; Żelazo: 12.81 mg; Potas: 4267.45 mg; Sól: 15.59 g; Fosfor: 1658.87 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.71 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 104.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; suma cukrów prostych: 74.16 g;			
niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2178 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 56.41 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; Wapń: 215.63 mg; Żelazo: 12.47 mg; Potas: 4270.65 mg; Sól: 14.45 g; Fosfor: 1177.2 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1051.32 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 114.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 57.83 g;			

Jadłospisy dla oddziałów