

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-18		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,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2492.6 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 88.69 g; Węglowodany ogółem: 337.36 g; Wapń: 695.87 mg; Żelazo: 13.16 mg; Potas: 4148.46 mg; Sól: 17.33 g; Fosfor: 1445.48 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2062.78 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 108.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; suma cukrów prostych: 77 g;			
poniedziałek 2024-03-18		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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa neapolitanka 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 jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: 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,), 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,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2029.12 kcal; Białko ogółem: 69.8 g; Tłuszcz: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; Wapń: 551.12 mg; Żelazo: 9.88 mg; Potas: 3364.04 mg; Sól: 14.81 g; Fosfor: 1121.18 mg; Witamina D: 1.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1883.52 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 93.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; suma cukrów prostych: 69.06 g;			
poniedziałek 2024-03-18		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), 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: 1707.94 kcal; Białko ogółem: 66.4 g; Tłuszcz: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; Wapń: 248.34 mg; Żelazo: 10.5 mg; Potas: 3330.82 mg; Sól: 14.42 g; Fosfor: 956.53 mg; Witamina D: 2.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1758.49 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 100.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.2 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; suma cukrów prostych: 59.37 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ográn.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 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>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1748.47 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 285.52 g; Wapń: 538.97 mg; Żelazo: 11.19 mg; Potas: 3733.41 mg; Sól: 15.02 g; Fosfor: 1239.95 mg; Witamina D: 2.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1814.71 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 104.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.9 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 29.01 g;			
poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ográn.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania. 80 g (<i>MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Parówka na gorąco. 100 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2173.03 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 82.7 g; Węglowodany ogółem: 269.69 g; Wapń: 604.19 mg; Żelazo: 15.2 mg; Potas: 4241.6 mg; Sól: 17.37 g; Fosfor: 1579.44 mg; Witamina D: 3.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2073.17 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 114.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g; suma cukrów prostych: 33.27 g;			
poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1983.88 kcal; Białko ogółem: 61.22 g; Tłuszcz: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; Wapń: 300.14 mg; Żelazo: 12.13 mg; Potas: 4114.04 mg; Sól: 15.45 g; Fosfor: 937.94 mg; Witamina D: 2.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2194.23 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 242.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.54 g; Błonnik pokarmowy: 43.25 g; suma cukrów prostych: 35.78 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-18		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 neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1981.63 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; Wapń: 287.4 mg; Żelazo: 11.14 mg; Potas: 3674.65 mg; Sól: 15.43 g; Fosfor: 908.37 mg; Witamina D: 2.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2181.09 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 212.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.68 g; suma cukrów prostych: 65.51 g;			
poniedziałek 2024-03-18		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 neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2747.46 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 98.78 g; Węglowodany ogółem: 354.54 g; Wapń: 914.1 mg; Żelazo: 14.02 mg; Potas: 4831.32 mg; Sól: 17.67 g; Fosfor: 1804.75 mg; Witamina D: 3.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2358.21 ug; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 127.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.4 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g; suma cukrów prostych: 77.88 g;			
poniedziałek 2024-03-18		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 neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2179.38 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 74.17 g; Węglowodany ogółem: 304.6 g; Wapń: 259.01 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3501.17 mg; Sól: 16.98 g; Fosfor: 1032.33 mg; Witamina D: 3.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1957.16 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 104.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.5 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 61.34 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 g, Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), 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), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2166.74 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; Wapń: 619.65 mg; Żelazo: 11.42 mg; Potas: 3680.27 mg; Sól: 15.13 g; Fosfor: 1309.68 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3541.56 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 81.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.6 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; suma cukrów prostych: 66.22 g;

wtorek 2024-03-19**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 z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE),	Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Bitki wołowe w jarzynach DZ 80 g (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: 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), 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), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ), pomidory 30 g,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1803.97 kcal; Białko ogółem: 71.4 g; Tłuszcz: 50.81 g; Węglowodany ogółem: 269.04 g; Wapń: 687.74 mg; Żelazo: 9.01 mg; Potas: 3223.62 mg; Sól: 12.84 g; Fosfor: 1162 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2537.16 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 85.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.88 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g; suma cukrów prostych: 60.98 g;

wtorek 2024-03-19**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (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 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), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1684.98 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; Wapń: 223.55 mg; Żelazo: 10.24 mg; Potas: 3068.95 mg; Sól: 14.13 g; Fosfor: 1017.59 mg; Witamina D: 2.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3330.03 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 77.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; suma cukrów prostych: 52.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-19		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), połudwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU,</i>), 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 półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1685.98 kcal; Białko ogółem: 80.4 g; Tłuszcz: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 272.6 g; Wapń: 483.99 mg; Żelazo: 10.83 mg; Potas: 3563.79 mg; Sól: 14.37 g; Fosfor: 1213.73 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3359.87 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 92.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 25.02 g;			
wtorek 2024-03-19		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1757.64 kcal; Białko ogółem: 75.65 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 248.54 g; Wapń: 493.46 mg; Żelazo: 13.62 mg; Potas: 3861.62 mg; Sól: 15.33 g; Fosfor: 1364.43 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2521.41 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 110.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.98 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g; suma cukrów prostych: 25.41 g;			
wtorek 2024-03-19		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 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>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki wołowe w jarzynach- nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2115.4 kcal; Białko ogółem: 63.01 g; Tłuszcz: 54.5 g; Węglowodany ogółem: 354.45 g; Wapń: 217.13 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 3609.16 mg; Sól: 15.35 g; Fosfor: 974.83 mg; Witamina D: 3.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4068.37 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 116.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; suma cukrów prostych: 22.53 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-19		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki wołowe w jarzynach-nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2113.15 kcal; Białko ogółem: 61.7 g; Tłuszcz: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; Wapń: 204.39 mg; Żelazo: 10.46 mg; Potas: 3169.77 mg; Sól: 15.33 g; Fosfor: 945.26 mg; Witamina D: 3.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4055.23 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 86.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; suma cukrów prostych: 52.26 g;			
wtorek 2024-03-19		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt 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 , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2373.03 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; Wapń: 835.22 mg; Żelazo: 14.01 mg; Potas: 4367.9 mg; Sól: 16.13 g; Fosfor: 1650.78 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3835.91 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 100.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; suma cukrów prostych: 66.89 g;			
wtorek 2024-03-19		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2159.55 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 54.63 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; Wapń: 205.59 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3319.77 mg; Sól: 15.41 g; Fosfor: 1026.86 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4059.63 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 86.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; suma cukrów prostych: 52.26 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20		
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 , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 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,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2218.18 kcal; Białko ogółem: 65.95 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 317.4 g; Wapń: 682.39 mg; Żelazo: 10.5 mg; Potas: 3360.54 mg; Sól: 14.02 g; Fosfor: 1219.89 mg; Witamina D: 3.93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1108.51 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 92.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; suma cukrów prostych: 64.54 g;		
środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
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 , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,), herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Zupa pomidorowa z makaronem 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: Galaretka 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 sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1823.45 kcal; Białko ogółem: 52.13 g; Tłuszcz: 70.08 g; Węglowodany ogółem: 251.31 g; Wapń: 575.19 mg; Żelazo: 7.72 mg; Potas: 2659.52 mg; Sól: 10.86 g; Fosfor: 986.55 mg; Witamina D: 1.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 840.17 ug; Witamina B6: 1.69 mg; Witamina C: 74.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; suma cukrów prostych: 59.81 g;		
środa 2024-03-20		
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,), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 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,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-20		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. 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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 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,), 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. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1787.23 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 289.07 g; Wapń: 488.86 mg; Żelazo: 12.04 mg; Potas: 3937.48 mg; Sól: 15.77 g; Fosfor: 1295.74 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 982.34 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 106.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 30.15 g;			
środa 2024-03-20		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. 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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 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. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1891.18 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 51.27 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; Wapń: 622.16 mg; Żelazo: 15.06 mg; Potas: 4391.18 mg; Sól: 15.63 g; Fosfor: 1582.84 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1177.3 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 119.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; suma cukrów prostych: 34.63 g;			
środa 2024-03-20		Jadłospis dla diety: D6 Z ograni. przysw. 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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 koperkowy. 30 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,), Zapiekanek ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1978 kcal; Białko ogółem: 54.14 g; Tłuszcz: 44.36 g; Węglowodany ogółem: 348.7 g; Wapń: 206.25 mg; Żelazo: 12.14 mg; Potas: 4549.87 mg; Sól: 13.1 g; Fosfor: 886.06 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1208.46 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 235.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g; suma cukrów prostych: 31.94 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-20			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,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 koperkowy. 30 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,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),			
Wartości odżywcze: Energia kc: 1975.75 kcal; Białko ogółem: 52.83 g; Tłuszcz: 43.05 g; Węglowodany ogółem: 348.87 g; Wapń: 193.51 mg; Żelazo: 11.15 mg; Potas: 4110.48 mg; Sól: 13.08 g; Fosfor: 856.49 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1195.32 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 205.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; suma cukrów prostych: 61.67 g;					
środa 2024-03-20			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,), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 koperkowy. 30 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,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,			
Wartości odżywcze: Energia kc: 2486.28 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 62.32 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; Wapń: 927.57 mg; Żelazo: 13.21 mg; Potas: 4718.62 mg; Sól: 17 g; Fosfor: 1844.81 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1243.89 ug; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 113.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; suma cukrów prostych: 75.21 g;					
środa 2024-03-20			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,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 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,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,			
Wartości odżywcze: Energia kc: 1892.17 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; Wapń: 190.79 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 3423.86 mg; Sól: 15.98 g; Fosfor: 1041.96 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1046.29 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 90.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; suma cukrów prostych: 55.88 g;					

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-21		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 ,	Zupa górską DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubaś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), 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: 1709.21 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 264.32 g; Wapń: 591.36 mg; Żelazo: 8.53 mg; Potas: 3484.41 mg; Sól: 12.32 g; Fosfor: 1198.44 mg; Witamina D: .93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2776.34 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 83.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; suma cukrów prostych: 86.81 g;			
czwartek 2024-03-21		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 górską 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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 10 g (MLE,), 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: 1647.99 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 267.57 g; Wapń: 154.14 mg; Żelazo: 9.53 mg; Potas: 2979.11 mg; Sól: 13.91 g; Fosfor: 1100.67 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 982.25 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 77.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; suma cukrów prostych: 48.03 g;			
czwartek 2024-03-21		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,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa górską 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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,), 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: 1648.99 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 255.22 g; Wapń: 414.58 mg; Żelazo: 10.12 mg; Potas: 3473.95 mg; Sól: 14.16 g; Fosfor: 1296.81 mg; Witamina D: 2.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1012.09 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 92.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.6 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; suma cukrów prostych: 21.04 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-21		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,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), 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,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1890.31 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 54.32 g; Węglowodany ogółem: 261.91 g; Wapń: 893.97 mg; Żelazo: 13.53 mg; Potas: 4711.44 mg; Sól: 15.58 g; Fosfor: 1857.59 mg; Witamina D: 3.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3336.37 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 136.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.71 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; suma cukrów prostych: 40.21 g;			
czwartek 2024-03-21		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,), polędwica 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 góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 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,), Zupa ryżowa- 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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1781.44 kcal; Białko ogółem: 60.5 g; Tłuszcz: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 297.37 g; Wapń: 180.35 mg; Żelazo: 10.46 mg; Potas: 3241.4 mg; Sól: 15.7 g; Fosfor: 997.75 mg; Witamina D: 3.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1487.52 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 114.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; suma cukrów prostych: 19.61 g;			
czwartek 2024-03-21		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 góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Zupa ryżowa- 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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1779.19 kcal; Białko ogółem: 59.19 g; Tłuszcz: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; Wapń: 167.61 mg; Żelazo: 9.47 mg; Potas: 2802.01 mg; Sól: 15.68 g; Fosfor: 968.18 mg; Witamina D: 3.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1474.38 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 84.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 49.34 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-21		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 ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), 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: 2140.49 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 306.75 g; Wapń: 793.71 mg; Żelazo: 10.85 mg; Potas: 4239.63 mg; Sól: 15.21 g; Fosfor: 1760.34 mg; Witamina D: 3.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1367.48 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 102.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g; suma cukrów prostych: 70.89 g;		
czwartek 2024-03-21		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 góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), 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: 1756.14 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 43.32 g; Węglowodany ogółem: 267.58 g; Wapń: 154.74 mg; Żelazo: 9.54 mg; Potas: 2979.86 mg; Sól: 13.93 g; Fosfor: 1101.12 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1094.75 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 77.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.98 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; suma cukrów prostych: 48.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko DZ. 120 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Płacie 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, 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. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2171.51 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; Wapń: 887.59 mg; Żelazo: 8.63 mg; Potas: 3069.65 mg; Sól: 12.36 g; Fosfor: 1350.57 mg; Witamina D: 1.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1197.71 ug; Witamina B6: 1.74 mg; Witamina C: 79.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; suma cukrów prostych: 102.14 g;			
piątek 2024-03-22		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,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2119.29 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; Wapń: 294.9 mg; Żelazo: 9.77 mg; Potas: 2899.1 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1036.21 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1415.61 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 93.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; suma cukrów prostych: 76.35 g;			
piątek 2024-03-22		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,), zielona pietruszka 1 g , 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,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2035.69 kcal; Białko ogółem: 81.7 g; Tłuszcz: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 343.97 g; Wapń: 548.82 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3362.4 mg; Sól: 14.61 g; Fosfor: 1226.35 mg; Witamina D: 2.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1444.95 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 103.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.6 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; suma cukrów prostych: 29.81 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		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,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), 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,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , Surówka z kapusty białej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2138.6 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 329.88 g; Wapń: 734.51 mg; Żelazo: 13.06 mg; Potas: 3746.78 mg; Sól: 14.31 g; Fosfor: 1479.52 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1633.78 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 159.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.07 g; Błonnik pokarmowy: 41.86 g; suma cukrów prostych: 33.17 g;			
piątek 2024-03-22		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,), zielona pietruszka 1 g , 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,), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1926.8 kcal; Białko ogółem: 55.46 g; Tłuszcz: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Wapń: 246.44 mg; Żelazo: 9.14 mg; Potas: 3051.77 mg; Sól: 11.98 g; Fosfor: 798.31 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1345.06 ug; Witamina B6: 1.77 mg; Witamina C: 196.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; suma cukrów prostych: 29.44 g;			
piątek 2024-03-22		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,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2009.15 kcal; Białko ogółem: 54.3 g; Tłuszcz: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; Wapń: 240.22 mg; Żelazo: 8.3 mg; Potas: 2643.92 mg; Sól: 11.96 g; Fosfor: 774.74 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1332.42 ug; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 172.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; suma cukrów prostych: 78.72 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, 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. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2742.42 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 436.15 g; Wapń: 1025.41 mg; Żelazo: 11.88 mg; Potas: 3947.29 mg; Sól: 15.72 g; Fosfor: 1687.19 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1695.19 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 113.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; suma cukrów prostych: 95.31 g;			
piątek 2024-03-22		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2095.13 kcal; Białko ogółem: 70.02 g; Tłuszcz: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 380.81 g; Wapń: 200.9 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3023.27 mg; Sól: 13.6 g; Fosfor: 936.25 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1320.05 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 170.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g; suma cukrów prostych: 77.52 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Fasolka po bretońsku. 300 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 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 twarogu i jaj z cebulka zieloną 60 g (JAJ, MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2379.72 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 369.76 g; Wapń: 1034.58 mg; Żelazo: 16.79 mg; Potas: 4489.66 mg; Sól: 14.43 g; Fosfor: 1747.9 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2759.56 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 124.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.09 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; suma cukrów prostych: 85.04 g;		
sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Fasolka po bretońsku DZ 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkopty 20 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,), Pasta z twarogu i jaj z cebulką zieloną DZ 50 g (JAJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), sok kubuś 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2021.46 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 58.49 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; Wapń: 868.63 mg; Żelazo: 13.17 mg; Potas: 3738.46 mg; Sól: 12.55 g; Fosfor: 1391.11 mg; Witamina D: 1.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2543.95 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 109.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.8 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; suma cukrów prostych: 86.84 g;		
sobota 2024-03-23 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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 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 i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2353.93 kcal; Białko ogółem: 83.59 g; Tłuszcz: 74.96 g; Węglowodany ogółem: 345.95 g; Wapń: 923.05 mg; Żelazo: 13.13 mg; Potas: 4547.24 mg; Sól: 16.08 g; Fosfor: 1375.41 mg; Witamina D: 3.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3448.41 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 125.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g; suma cukrów prostych: 95.73 g;		
sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Schab gotowany DZ 55 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: biskopki 20 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), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok kubaś 300 ml , jogurt truskawkowy 150 g (MLE),
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1981.34 kcal; Białko ogółem: 67.04 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 299.47 g; Wapń: 784.24 mg; Żelazo: 10.62 mg; Potas: 3875.97 mg; Sól: 13.54 g; Fosfor: 1133.95 mg; Witamina D: 1.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3224.32 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 112.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; suma cukrów prostych: 95.36 g;

sobota 2024-03-23**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), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 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 i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok kubaś 300 ml , jogurt truskawkowy 150 g (MLE),
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1671.79 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; Wapń: 451.04 mg; Żelazo: 11.11 mg; Potas: 4016.19 mg; Sól: 13.19 g; Fosfor: 1099.29 mg; Witamina D: 1.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3191.14 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 117.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; suma cukrów prostych: 77.02 g;

sobota 2024-03-23**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), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ), twaróg półtłusty 30 g (MLE), zielona cebulka 1 g ,	Krupnik. 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 i selera 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), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml (MLE),
--	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1682.65 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; Wapń: 499.34 mg; Żelazo: 10.96 mg; Potas: 3845.77 mg; Sól: 13.43 g; Fosfor: 1203.5 mg; Witamina D: 1.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1415.23 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 181.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; suma cukrów prostych: 33.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-23		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,), kielb szynkowa wp 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 ,	Krupnik. 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 i selera 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2028.6 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz: 66.52 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; Wapń: 602.53 mg; Żelazo: 14.65 mg; Potas: 4236.18 mg; Sól: 15.96 g; Fosfor: 1375.85 mg; Witamina D: 3.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2179.02 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 199.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.71 g; Błonnik pokarmowy: 44.14 g; suma cukrów prostych: 40.71 g;			
sobota 2024-03-23		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,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 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,), sałata zielona 15 g , Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1733.3 kcal; Białko ogółem: 54.36 g; Tłuszcz: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; Wapń: 270.6 mg; Żelazo: 11.98 mg; Potas: 3939.06 mg; Sól: 12.94 g; Fosfor: 821.1 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2252.35 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 236.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.39 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g; suma cukrów prostych: 36.85 g;			
sobota 2024-03-23		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Krupnik. 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 i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1740.05 kcal; Białko ogółem: 54.55 g; Tłuszcz: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; Wapń: 302.86 mg; Żelazo: 11.89 mg; Potas: 3973.67 mg; Sól: 13.12 g; Fosfor: 836.53 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4033.21 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 143.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g; suma cukrów prostych: 84.28 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-23		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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 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 i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2524.38 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 357.8 g; Wapń: 1133.23 mg; Żelazo: 14.04 mg; Potas: 5056.26 mg; Sól: 16.34 g; Fosfor: 1648.21 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3476.91 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 140.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; suma cukrów prostych: 95.73 g;			
sobota 2024-03-23		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,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1989.17 kcal; Białko ogółem: 62.3 g; Tłuszcz: 59.24 g; Węglowodany ogółem: 312.77 g; Wapń: 261.95 mg; Żelazo: 12.26 mg; Potas: 3834.98 mg; Sól: 15.48 g; Fosfor: 869.18 mg; Witamina D: 2.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3284.63 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 119.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; suma cukrów prostych: 83.48 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24		
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,), rzodkiew biała 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rumsztyk z cebulą 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), ogórek świeży 50 g, Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2053.15 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 51.78 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; Wapń: 849.64 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3590.01 mg; Sól: 12.82 g; Fosfor: 1383.61 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1233.62 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 106.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; suma cukrów prostych: 68.91 g;		
niedziela 2024-03-24		
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,), rzodkiew biała 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rumsztyk z cebulką DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka z pory i marchwi DZ 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z mieszanki kompotowej 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,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), ogórek świeży 40 g, Posiłek nocny: jabłka 200 g, jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1737.34 kcal; Białko ogółem: 62.54 g; Tłuszcz: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 280.33 g; Wapń: 712.47 mg; Żelazo: 7.47 mg; Potas: 2970.79 mg; Sól: 11.09 g; Fosfor: 1078.15 mg; Witamina D: .92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 962.5 ug; Witamina B6: 1.55 mg; Witamina C: 96.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; suma cukrów prostych: 74.58 g;		
niedziela 2024-03-24		
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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2110.6 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 317.88 g; Wapń: 841.61 mg; Żelazo: 8.93 mg; Potas: 3890.65 mg; Sól: 13.05 g; Fosfor: 1493.33 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3357.78 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 96.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; suma cukrów prostych: 69.85 g;		
niedziela 2024-03-24		
Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa 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 , Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 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,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1781.9 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 46 g; Węglowodany ogółem: 275.87 g; Wapń: 708.62 mg; Żelazo: 7.14 mg; Potas: 3263.26 mg; Sól: 11.25 g; Fosfor: 1212.84 mg; Witamina D: .96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2355.22 ug; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 91.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; suma cukrów prostych: 75.38 g;

niedziela 2024-03-24**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1691.79 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 272.07 g; Wapń: 417.83 mg; Żelazo: 8 mg; Potas: 3279.51 mg; Sól: 12.67 g; Fosfor: 1144.19 mg; Witamina D: 2.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3164.28 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 92.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g; suma cukrów prostych: 54.63 g;

niedziela 2024-03-24**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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), 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: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1823.62 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 274.62 g; Wapń: 718.51 mg; Żelazo: 8.5 mg; Potas: 3398.52 mg; Sól: 13.52 g; Fosfor: 1359.06 mg; Witamina D: 2.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3255.91 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 156.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; suma cukrów prostych: 23.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-24		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), ser żółty twardy 30 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1861.55 kcal; Białko ogółem: 84.2 g; Tłuszcz: 55.06 g; Węglowodany ogółem: 260.2 g; Wapń: 777.93 mg; Żelazo: 11.57 mg; Potas: 3754.29 mg; Sól: 13.4 g; Fosfor: 1595.8 mg; Witamina D: 2.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2804.42 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 178.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.92 g; suma cukrów prostych: 25.57 g;			
niedziela 2024-03-24		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z mieszanki kompotowej 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>), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1755.37 kcal; Białko ogółem: 49.33 g; Tłuszcz: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 323.47 g; Wapń: 202.76 mg; Żelazo: 9.64 mg; Potas: 4014.39 mg; Sól: 20.28 g; Fosfor: 838.84 mg; Witamina D: 2.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3371.47 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 212.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; suma cukrów prostych: 27.38 g;			
niedziela 2024-03-24		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1749.47 kcal; Białko ogółem: 47.99 g; Tłuszcz: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; Wapń: 189.73 mg; Żelazo: 8.63 mg; Potas: 3565.22 mg; Sól: 20.26 g; Fosfor: 808.61 mg; Witamina D: 2.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3358.04 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 182.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; suma cukrów prostych: 56.89 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-24		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany.(2.00 porcje) 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2444.1 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 331.6 g; Wapń: 1065.06 mg; Żelazo: 10.45 mg; Potas: 4661.51 mg; Sól: 14.16 g; Fosfor: 1936.97 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3549.12 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 115.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 70.37 g;		
niedziela 2024-03-24		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok bobofrut b/c 300 ml,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1884.63 kcal; Białko ogółem: 62.07 g; Tłuszcz: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Wapń: 200.1 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 3837.02 mg; Sól: 20.45 g; Fosfor: 975.2 mg; Witamina D: 2.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3436.11 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 182.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; suma cukrów prostych: 57.1 g;		