

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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,), 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,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2389.86 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 80.05 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; Wapń: 619.12 mg; Żelazo: 11.27 mg; Potas: 3779.99 mg; Sól: 18.52 g; Fosfor: 1334.42 mg; Witamina D: 4.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1212.31 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 92.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; suma cukrów prostych: 69.92 g;			
poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym DZ. 80 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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: 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,), 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,), polędwica sop.wp 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2057.46 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 286.89 g; Wapń: 793.88 mg; Żelazo: 8.66 mg; Potas: 3373.81 mg; Sól: 15.64 g; Fosfor: 1235.79 mg; Witamina D: 1.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 958 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 79.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g; suma cukrów prostych: 85.36 g;			
poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1676.21 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 284.55 g; Wapń: 174.94 mg; Żelazo: 9.32 mg; Potas: 3260.55 mg; Sól: 15.67 g; Fosfor: 1072.77 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 933.94 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 85.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; suma cukrów prostych: 52.25 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-13		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), twaróg półtłusty 30 g (<i>MLE,</i>), zielona cebulka 1 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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>), 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>), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1706.46 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 269.21 g; Wapń: 463.38 mg; Żelazo: 9.94 mg; Potas: 3636.96 mg; Sól: 16.28 g; Fosfor: 1354.33 mg; Witamina D: 2.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 974.68 ug; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 87.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; suma cukrów prostych: 19.87 g;			
poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. 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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), Twarożek ze śmietaną. 30 g (<i>MLE,</i>), zielona cebulka 1 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka wielowarzywna. 150 g (<i>GOR,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), 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>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2053.44 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; Wapń: 573.07 mg; Żelazo: 14.18 mg; Potas: 3890.96 mg; Sól: 18.55 g; Fosfor: 1498.97 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1565.07 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 142.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g; suma cukrów prostych: 22.85 g;			
poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr. łatwo 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>), kielbasa żywiecka dr 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 ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki schabowe w sosie własnym - nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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>), sok bobofrut b/c 300 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2043.81 kcal; Białko ogółem: 60.78 g; Tłuszcz: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 352 g; Wapń: 194.64 mg; Żelazo: 10.51 mg; Potas: 3373.19 mg; Sól: 15.63 g; Fosfor: 947.16 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1128.18 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 187.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; suma cukrów prostych: 19.64 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-13		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 ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym - nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2030.86 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; Wapń: 188.69 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3158.93 mg; Sól: 15.59 g; Fosfor: 932.71 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1121.76 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 97.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; suma cukrów prostych: 61.56 g;			
poniedziałek 2024-05-13		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 , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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,), 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,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2585.68 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 86.92 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; Wapń: 838.35 mg; Żelazo: 12.36 mg; Potas: 4347.64 mg; Sól: 20.38 g; Fosfor: 1616.68 mg; Witamina D: 4.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1374.17 ug; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 111.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; suma cukrów prostych: 70.4 g;			
poniedziałek 2024-05-13		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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,), 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,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2012.14 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; Wapń: 181.21 mg; Żelazo: 10.34 mg; Potas: 3152.45 mg; Sól: 18.14 g; Fosfor: 975.17 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1087.59 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 88.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; suma cukrów prostych: 54.19 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2273.46 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 60.18 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; Wapń: 742.68 mg; Żelazo: 12.4 mg; Potas: 4128.37 mg; Sól: 15.48 g; Fosfor: 1461.95 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1810.99 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 105.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.3 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; suma cukrów prostych: 78.93 g;

wtorek 2024-05-14**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 , 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 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,**), 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,**), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 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: 1886.52 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 53.73 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; Wapń: 791.28 mg; Żelazo: 9.65 mg; Potas: 3590.43 mg; Sól: 13.26 g; Fosfor: 1262.51 mg; Witamina D: .85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1563.19 ug; Witamina B6: 1.98 mg; Witamina C: 106.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; suma cukrów prostych: 71.19 g;

wtorek 2024-05-14**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 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 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,**), 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: 1794.7 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; Wapń: 279.4 mg; Żelazo: 11.75 mg; Potas: 3498.98 mg; Sól: 15.07 g; Fosfor: 1090.06 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1569.09 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 101.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; suma cukrów prostych: 61.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-14		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 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 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,), 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: 1795.7 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; Wapń: 539.84 mg; Żelazo: 12.34 mg; Potas: 3993.82 mg; Sól: 15.32 g; Fosfor: 1286.2 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1598.93 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 116.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; suma cukrów prostych: 34.94 g;			
wtorek 2024-05-14		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 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,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g (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: 1896.84 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 53.92 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; Wapń: 623.36 mg; Żelazo: 13.17 mg; Potas: 4253.48 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1569.49 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2380.41 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 176.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.21 g; Błonnik pokarmowy: 41.42 g; suma cukrów prostych: 31.73 g;			
wtorek 2024-05-14		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,), 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 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 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,), Zupa ryżowa- 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: 1855.14 kcal; Białko ogółem: 56.89 g; Tłuszcz: 35.3 g; Węglowodany ogółem: 337.03 g; Wapń: 243.14 mg; Żelazo: 11.9 mg; Potas: 3776.09 mg; Sól: 15.32 g; Fosfor: 836.79 mg; Witamina D: 2.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1891.33 ug; Witamina B6: 2.1 mg; Witamina C: 215.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 39.25 g; suma cukrów prostych: 35.4 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-14		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 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 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,), Zupa ryżowa- 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: 1852.89 kcal; Białko ogółem: 55.58 g; Tłuszcz: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 337.2 g; Wapń: 230.4 mg; Żelazo: 10.91 mg; Potas: 3336.7 mg; Sól: 15.3 g; Fosfor: 807.22 mg; Witamina D: 2.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1878.19 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 185.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g; suma cukrów prostych: 65.13 g;			
wtorek 2024-05-14		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 , 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 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,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 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: 2500.27 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 65.2 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; Wapń: 954.39 mg; Żelazo: 13.94 mg; Potas: 4743.86 mg; Sól: 16.5 g; Fosfor: 1825.17 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1871.14 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 120.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; suma cukrów prostych: 79.1 g;			
wtorek 2024-05-14		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 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 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,), 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,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2003.61 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; Wapń: 245.36 mg; Żelazo: 12.23 mg; Potas: 3603.32 mg; Sól: 16.91 g; Fosfor: 1022.33 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2047.24 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 106.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; suma cukrów prostych: 61.34 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-15		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 , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka DZ 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: 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,), 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,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1758.27 kcal; Białko ogółem: 69.25 g; Tłuszcz: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 246.01 g; Wapń: 483.7 mg; Żelazo: 8.36 mg; Potas: 2528.76 mg; Sól: 12.03 g; Fosfor: 1158.3 mg; Witamina D: 1.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 981.05 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 53.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g; suma cukrów prostych: 61.07 g;			
środa 2024-05-15		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1880.59 kcal; Białko ogółem: 77.3 g; Tłuszcz: 45.72 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; Wapń: 154.37 mg; Żelazo: 9.94 mg; Potas: 2783.44 mg; Sól: 13.92 g; Fosfor: 1118 mg; Witamina D: 3.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 972.86 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 66.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; suma cukrów prostych: 47.45 g;			
środa 2024-05-15		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: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałata zielona. 60 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,), Schab gotowany. 65 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: 1849.41 kcal; Białko ogółem: 87.45 g; Tłuszcz: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; Wapń: 434.82 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 3049.5 mg; Sól: 14.5 g; Fosfor: 1346.95 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 789.5 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 65.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; suma cukrów prostych: 16.66 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-15		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,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1960.11 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 54.68 g; Węglowodany ogółem: 281.62 g; Wapń: 574.24 mg; Żelazo: 15.26 mg; Potas: 3870.92 mg; Sól: 14.5 g; Fosfor: 1673.11 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1253.63 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 92.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.9 g; Błonnik pokarmowy: 39.18 g; suma cukrów prostych: 26.71 g;			
środa 2024-05-15		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Galaretką 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1876.14 kcal; Białko ogółem: 64.45 g; Tłuszcz: 46.61 g; Węglowodany ogółem: 309.35 g; Wapń: 202.29 mg; Żelazo: 11.12 mg; Potas: 3188.85 mg; Sól: 13.99 g; Fosfor: 1018.4 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1657.65 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 120.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; suma cukrów prostych: 19.97 g;			
środa 2024-05-15		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,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka- nerkowa. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Galaretką 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1908.93 kcal; Białko ogółem: 65.61 g; Tłuszcz: 50.59 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Wapń: 194.18 mg; Żelazo: 10.27 mg; Potas: 2840.25 mg; Sól: 14 g; Fosfor: 1024.51 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1734.18 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 93.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; suma cukrów prostych: 50.03 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-15		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 , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , 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: 2427.79 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; Wapń: 827.55 mg; Żelazo: 11.98 mg; Potas: 3880.58 mg; Sól: 14.75 g; Fosfor: 1829.09 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1008.48 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 82.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; suma cukrów prostych: 66.22 g;		
środa 2024-05-15		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , 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: 2003.63 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 59.36 g; Węglowodany ogółem: 294.35 g; Wapń: 155.29 mg; Żelazo: 9.95 mg; Potas: 2784.69 mg; Sól: 13.94 g; Fosfor: 1118.69 mg; Witamina D: 4.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1101.64 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 66.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; suma cukrów prostych: 47.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-16		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ográn.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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), kielbasa żywiecka dr 60 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: 1705.13 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 282.2 g; Wapń: 259.26 mg; Żelazo: 11.99 mg; Potas: 3552.89 mg; Sól: 15.68 g; Fosfor: 1145.12 mg; Witamina D: 2.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 940.83 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 100.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; suma cukrów prostych: 22.15 g;			
czwartek 2024-05-16		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ográn.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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania. 80 g (MLE,), 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,), kielbasa żywiecka dr 60 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: 1930.95 kcal; Białko ogółem: 88.6 g; Tłuszcz: 55.51 g; Węglowodany ogółem: 274.48 g; Wapń: 704.72 mg; Żelazo: 15.06 mg; Potas: 4416.95 mg; Sól: 15.82 g; Fosfor: 1690.99 mg; Witamina D: 3.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1206.94 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 110.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g; suma cukrów prostych: 38.67 g;			
czwartek 2024-05-16		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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa neapolitańska z ryżem 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 , Buraczki zasmażane. 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,), 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,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2022.97 kcal; Białko ogółem: 64.91 g; Tłuszcz: 43.64 g; Węglowodany ogółem: 350.69 g; Wapń: 249.01 mg; Żelazo: 12.58 mg; Potas: 4411.13 mg; Sól: 13.94 g; Fosfor: 1041.76 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1112.78 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 145.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.4 g; suma cukrów prostych: 27.88 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-16		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 neapolitańska z ryżem 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 , 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,), 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 sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2020.72 kcal; Białko ogółem: 63.6 g; Tłuszcz: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; Wapń: 236.27 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3971.74 mg; Sól: 13.92 g; Fosfor: 1012.19 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1099.64 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 115.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 57.61 g;			
czwartek 2024-05-16		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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 , 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,), 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: 2208.47 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 324.44 g; Wapń: 847.19 mg; Żelazo: 12.39 mg; Potas: 4523.63 mg; Sól: 16.58 g; Fosfor: 1684.66 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1346.1 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 110.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; suma cukrów prostych: 76.91 g;			
czwartek 2024-05-16		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 neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), 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: 1801.92 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 287.75 g; Wapń: 220.29 mg; Żelazo: 11.08 mg; Potas: 3278.1 mg; Sól: 15.32 g; Fosfor: 1034.09 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1067.47 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 85.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; suma cukrów prostych: 56.46 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-17		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), ogórek świeży 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,), Łazanki z kapustą świeżą. 300 g (GLU, JAJ, 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,), paprykarz szczeciński 110 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: 2222.31 kcal; Białko ogółem: 69.7 g; Tłuszcz: 57.2 g; Węglowodany ogółem: 360.62 g; Wapń: 746.52 mg; Żelazo: 9.71 mg; Potas: 2978.82 mg; Sól: 12.76 g; Fosfor: 1161.66 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 945.77 ug; Witamina B6: 1.56 mg; Witamina C: 136.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; suma cukrów prostych: 86.01 g;		
piątek 2024-05-17		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), ogórek świeży 40 g , 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,), Łazanki z kapustą świeżą.DZ 200 g (GLU, JAJ, 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,), paprykarz szczeciński 110 g , 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: 1820.5 kcal; Białko ogółem: 57.08 g; Tłuszcz: 49.73 g; Węglowodany ogółem: 287.68 g; Wapń: 825.25 mg; Żelazo: 6.74 mg; Potas: 2508.86 mg; Sól: 10.89 g; Fosfor: 1004.42 mg; Witamina D: .82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 736 ug; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 105.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; suma cukrów prostych: 94.69 g;		
piątek 2024-05-17		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), 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,), Klops 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 (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 z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), polędwica z ind 50 g (GLU, 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 ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2555.09 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 416.28 g; Wapń: 771.97 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3648.48 mg; Sól: 15.3 g; Fosfor: 1419.18 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1641.28 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 96.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.5 g; suma cukrów prostych: 93.83 g;

piątek 2024-05-17**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), dżem niskosłodzony 40 g ,
Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g
(**MLE,**), pomidory 40 g , Zacierka na
mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ,**
MLE,), herbata z cukrem 200 ml (**GLU,**
SEL, GOR,),

Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml
(**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,**
GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny DZ 60 g
(**GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,**), 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:

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,**), Sałatka z makaronu i szynki
dieta DZ 100 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**
GOR,), polędwica z ind 40 g (**GLU,**
SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona
15 g ,

Posilek 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: 2147.92 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz: 53.37 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; Wapń: 840.73 mg; Żelazo: 8.13 mg; Potas: 3039.71 mg; Sól: 13.06 g; Fosfor: 1248 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1182.3 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 77.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g; suma cukrów prostych: 100.79 g;

piątek 2024-05-17**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 ,

Barszcz z ziemniakami. 350 ml (**GLU,**
JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,
SEZ, GRZ,), Klops 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 10
g (**MLE,**), Sałatka z makaronu i szynki
dieta 120 g (**GLU, JAJ, SOJ, GOR,**),
polędwica z ind 50 g (**GLU, SOJ, MLE,**
SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,

Posilek 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: 2109.68 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 375.29 g; Wapń: 254.43 mg; Żelazo: 9.68 mg; Potas: 2948.33 mg; Sól: 14.79 g; Fosfor: 1008.26 mg; Witamina D: 2.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1382.85 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 91.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; suma cukrów prostych: 75.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-17		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: 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,), Klops 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 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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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: 2026.08 kcal; Białko ogółem: 83.8 g; Tłuszcz: 39.42 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; Wapń: 508.35 mg; Żelazo: 10.12 mg; Potas: 3411.63 mg; Sól: 15.03 g; Fosfor: 1198.4 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1412.19 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 101.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; suma cukrów prostych: 28.8 g;			
piątek 2024-05-17		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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 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,), Klops 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 , surówka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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: 2094.06 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 52.2 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; Wapń: 652.86 mg; Żelazo: 12.82 mg; Potas: 3940.81 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1498.67 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2907.35 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 104.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.89 g; Błonnik pokarmowy: 43.83 g; suma cukrów prostych: 35.08 g;			
piątek 2024-05-17		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,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 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 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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1989.03 kcal; Białko ogółem: 64.18 g; Tłuszcz: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; Wapń: 249.53 mg; Żelazo: 9.51 mg; Potas: 3234.74 mg; Sól: 12.96 g; Fosfor: 902.4 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1360.25 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 196.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.4 g; Błonnik pokarmowy: 38.78 g; suma cukrów prostych: 29.75 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-17		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2071.38 kcal; Białko ogółem: 63.02 g; Tłuszcz: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 382.16 g; Wapń: 243.31 mg; Żelazo: 8.67 mg; Potas: 2826.89 mg; Sól: 12.94 g; Fosfor: 878.83 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1347.61 ug; Witamina B6: 1.92 mg; Witamina C: 171.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; suma cukrów prostych: 79.03 g;			
piątek 2024-05-17		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), 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,), Klops 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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2754.27 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 64.5 g; Węglowodany ogółem: 439.06 g; Wapń: 979.85 mg; Żelazo: 11.43 mg; Potas: 3948.65 mg; Sól: 15.71 g; Fosfor: 1595.54 mg; Witamina D: 3.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1693.44 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 111.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; suma cukrów prostych: 94.02 g;			
piątek 2024-05-17		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,), Klops 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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2202.87 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 44.88 g; Węglowodany ogółem: 372.99 g; Wapń: 211.03 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 3166.1 mg; Sól: 14.86 g; Fosfor: 1067.54 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1476.92 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 91.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; suma cukrów prostych: 73.77 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2232.13 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; Wapń: 627.43 mg; Żelazo: 9.67 mg; Potas: 3588.57 mg; Sól: 14.65 g; Fosfor: 1252.9 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3533.72 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 81.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; suma cukrów prostych: 66.86 g;

sobota 2024-05-18**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,**), kielb szynkowa wp 40 g (**SOJ,**), 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,**), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60 g (**GLU, MLE,**), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:

sok kubuś 300 ml ,

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), 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: 1888.18 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 53.78 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; Wapń: 535.53 mg; Żelazo: 8.2 mg; Potas: 3340.06 mg; Sól: 12.4 g; Fosfor: 1014.71 mg; Witamina D: 1.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4236.18 ug; Witamina B6: 2.08 mg; Witamina C: 81.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; suma cukrów prostych: 79.05 g;

sobota 2024-05-18**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,**), kielb szynkowa wp 50 g (**SOJ,**), pomidory 50 g ,

Zupa grysikowa 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (**GLU,**), 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,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1690.68 kcal; Białko ogółem: 71.12 g; Tłuszcz: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 288.59 g; Wapń: 231.01 mg; Żelazo: 8.48 mg; Potas: 2976.7 mg; Sól: 13.64 g; Fosfor: 960.52 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3305.91 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 77.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; suma cukrów prostych: 52.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-18		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,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), 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 , sałata zielona 15 g , Posilek 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: 1691.68 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 276.24 g; Wapń: 491.45 mg; Żelazo: 9.07 mg; Potas: 3471.54 mg; Sól: 13.89 g; Fosfor: 1156.66 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3335.75 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 92.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 25.65 g;			
sobota 2024-05-18		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,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Surówka z kapusty białej jako II 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,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 1860.81 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 260.15 g; Wapń: 529.8 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3832.93 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 1332.07 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3482.3 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 122.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.88 g; suma cukrów prostych: 27.81 g;			
sobota 2024-05-18		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 grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), sok bobofrut b/c 300 ml ,	Herbata b/c 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 , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2004.95 kcal; Białko ogółem: 65.22 g; Tłuszcz: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; Wapń: 223.2 mg; Żelazo: 10.3 mg; Potas: 3554.3 mg; Sól: 16.22 g; Fosfor: 935.08 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3719.9 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 194.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; suma cukrów prostych: 17.39 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-18		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 grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU, 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (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,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1970.95 kcal; Białko ogółem: 64.64 g; Tłuszcz: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; Wapń: 217.76 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 3359.46 mg; Sól: 16.19 g; Fosfor: 921.94 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3714.06 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 106.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; suma cukrów prostych: 52.78 g;			
sobota 2024-05-18		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 , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), 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,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2485.55 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 351 g; Wapń: 850.79 mg; Żelazo: 10.83 mg; Potas: 4200.15 mg; Sól: 14.96 g; Fosfor: 1545.12 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3824.29 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 101.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; suma cukrów prostych: 67.74 g;			
sobota 2024-05-18		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 grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (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,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2013.94 kcal; Białko ogółem: 68 g; Tłuszcz: 48.91 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; Wapń: 224.2 mg; Żelazo: 10.08 mg; Potas: 3446.67 mg; Sól: 16.22 g; Fosfor: 955.63 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3836.78 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 107.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; suma cukrów prostych: 53.08 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-19		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 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>),	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 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: 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: 1846.19 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 50.15 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; Wapń: 587.2 mg; Żelazo: 12.27 mg; Potas: 4107.15 mg; Sól: 12.71 g; Fosfor: 1441.68 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1233.65 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 210.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; suma cukrów prostych: 35.29 g;			
niedziela 2024-05-19		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>), połędwica 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>),	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 , Sałatka z buraczków i selera 150 g , 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>), Galaretką jarską. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</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: 1742.75 kcal; Białko ogółem: 55.7 g; Tłuszcz: 39.49 g; Węglowodany ogółem: 299.89 g; Wapń: 255.98 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3899.6 mg; Sól: 12.5 g; Fosfor: 832.35 mg; Witamina D: 2.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1696.88 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 227.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.06 g; suma cukrów prostych: 33.47 g;			
niedziela 2024-05-19		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 sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 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 , Sałatka z buraczków i selera 150 g , 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>), Galaretką jarską. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1745.85 kcal; Białko ogółem: 55.86 g; Tłuszcz: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 307.57 g; Wapń: 287.95 mg; Żelazo: 11.7 mg; Potas: 3924.43 mg; Sól: 12.69 g; Fosfor: 847.12 mg; Witamina D: 2.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3477.45 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 132.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 80.68 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-19		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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, 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,), Kurczak gotowany.(2.00 porcje) 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,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), 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: 2531.05 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 354.33 g; Wapń: 978.21 mg; Żelazo: 13.64 mg; Potas: 5317.69 mg; Sól: 14.22 g; Fosfor: 1861.37 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3115.12 ug; Witamina B6: 3.06 mg; Witamina C: 132.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.3 g; suma cukrów prostych: 97.06 g;		
niedziela 2024-05-19		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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Galaretką jarską. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, 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: 1881.01 kcal; Białko ogółem: 69.94 g; Tłuszcz: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; Wapń: 298.32 mg; Żelazo: 12.34 mg; Potas: 4196.23 mg; Sól: 12.88 g; Fosfor: 1013.71 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3555.52 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 133.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; suma cukrów prostych: 80.89 g;		