

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20		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 , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa górską 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 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: 2117.05 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g; Wapń: 673.53 mg; Żelazo: 11.16 mg; Potas: 3728.71 mg; Sól: 15.42 g; Fosfor: 1489.97 mg; Witamina D: 4.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2846.3 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 79.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; suma cukrów prostych: 70.64 g;			
poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa górską DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), 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: 1748.18 kcal; Białko ogółem: 67.15 g; Tłuszcz: 48.03 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; Wapń: 537.41 mg; Żelazo: 8.62 mg; Potas: 2969.19 mg; Sól: 12.92 g; Fosfor: 1168.82 mg; Witamina D: 1.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1990.74 ug; Witamina B6: 1.98 mg; Witamina C: 67.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; suma cukrów prostych: 72.4 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), twaróg półtłusty 40 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), polędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1694.45 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; Wapń: 216.19 mg; Żelazo: 10.53 mg; Potas: 3106.28 mg; Sól: 15.03 g; Fosfor: 1122.34 mg; Witamina D: 3.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2613.4 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 75.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; suma cukrów prostych: 53.86 g;			
poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), twaróg półtłusty 40 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), polędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1687.35 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; Wapń: 476.61 mg; Żelazo: 11.12 mg; Potas: 3601.08 mg; Sól: 15.27 g; Fosfor: 1318.48 mg; Witamina D: 3.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2643.24 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 90.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; suma cukrów prostych: 24.87 g;			
poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków ogórka kiszzonego i cebuli 120 g (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), polędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1841.6 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 256.65 g; Wapń: 543.43 mg; Żelazo: 14.31 mg; Potas: 3926.15 mg; Sól: 15.6 g; Fosfor: 1521.33 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 966.21 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 129.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.62 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; suma cukrów prostych: 30.51 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (<i>JAJ,</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: 1898.09 kcal; Białko ogółem: 60.41 g; Tłuszcz: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 327.65 g; Wapń: 199.57 mg; Żelazo: 11.78 mg; Potas: 4377.9 mg; Sól: 13.86 g; Fosfor: 1090.87 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2754.03 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 138.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; suma cukrów prostych: 22.11 g;			
poniedziałek 2024-05-20		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>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (<i>JAJ,</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: 1903.94 kcal; Białko ogółem: 59.1 g; Tłuszcz: 41.37 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; Wapń: 186.85 mg; Żelazo: 10.79 mg; Potas: 3938.55 mg; Sól: 13.84 g; Fosfor: 1061.3 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2740.89 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 108.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; suma cukrów prostych: 53.84 g;			
poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
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>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (<i>MLE,</i>), Kompot z jabłek. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt truskawkowy 150 g (<i>MLE,</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>), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</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: 2331.54 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 63.2 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; Wapń: 925.39 mg; Żelazo: 12.3 mg; Potas: 4311.1 mg; Sól: 16.32 g; Fosfor: 1794.4 mg; Witamina D: 4.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2916.4 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 96.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.9 g; suma cukrów prostych: 72.28 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-20	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 góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi 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,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (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: 1976.59 kcal; Białko ogółem: 72.72 g; Tłuszcz: 43.53 g; Węglowodany ogółem: 331.06 g; Wapń: 194.25 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 4203.89 mg; Sól: 15.31 g; Fosfor: 1209.45 mg; Witamina D: 4.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2744.28 ug; Witamina B6: 3.12 mg; Witamina C: 108.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g; suma cukrów prostych: 53.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2372.26 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; Wapń: 668.08 mg; Żelazo: 12.46 mg; Potas: 4016.95 mg; Sól: 17.08 g; Fosfor: 1321.2 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1153.36 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 95.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 80.55 g;

wtorek 2024-05-21**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 z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g	Zupa selerowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), 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,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2043.04 kcal; Białko ogółem: 73.1 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 279.85 g; Wapń: 912.92 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 3646.23 mg; Sól: 14.25 g; Fosfor: 1277.02 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 885.27 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 82.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g; suma cukrów prostych: 96.58 g;

wtorek 2024-05-21**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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 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: 1762.13 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 301.71 g; Wapń: 200.8 mg; Żelazo: 11.02 mg; Potas: 3516.58 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1086.42 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 845.89 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 88.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.8 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; suma cukrów prostych: 56.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-21		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>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</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 selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpety drobiowe. 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos pomidorowy 30 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>), 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>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1802.66 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 288.76 g; Wapń: 491.43 mg; Żelazo: 11.71 mg; Potas: 3919.17 mg; Sól: 14.85 g; Fosfor: 1369.84 mg; Witamina D: 2.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 902.11 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 92.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.5 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; suma cukrów prostych: 26.33 g;			
wtorek 2024-05-21		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ográn.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (<i>GLU, MLE,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), 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 selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpety drobiowe. 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), 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 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: 2305.55 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 81.3 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; Wapń: 1006.35 mg; Żelazo: 14.24 mg; Potas: 4653.66 mg; Sól: 17.65 g; Fosfor: 1838.45 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3038.18 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 105.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.73 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g; suma cukrów prostych: 41.06 g;			
wtorek 2024-05-21		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 selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpet drobiowy-nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos pomidorowy 30 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>), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 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: 1933.74 kcal; Białko ogółem: 55.73 g; Tłuszcz: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; Wapń: 221.46 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 4601.13 mg; Sól: 12.43 g; Fosfor: 906.32 mg; Witamina D: 2.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1161.95 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 232.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.48 g; suma cukrów prostych: 33.1 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-21			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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 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,), 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: 1931.49 kcal; Białko ogółem: 54.42 g; Tłuszcz: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; Wapń: 208.72 mg; Żelazo: 10.63 mg; Potas: 4161.74 mg; Sól: 12.41 g; Fosfor: 876.75 mg; Witamina D: 2.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1148.81 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 202.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; suma cukrów prostych: 62.83 g;					
wtorek 2024-05-21			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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,			
Wartości odżywcze: Energia kc: 2589.46 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 84.33 g; Węglowodany ogółem: 352.54 g; Wapń: 879.11 mg; Żelazo: 13.4 mg; Potas: 4559.67 mg; Sól: 17.52 g; Fosfor: 1648.76 mg; Witamina D: 4.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1209.3 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 110.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; suma cukrów prostych: 80.74 g;					
wtorek 2024-05-21			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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,			
Wartości odżywcze: Energia kc: 2117.29 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; Wapń: 207.87 mg; Żelazo: 12.04 mg; Potas: 3409.73 mg; Sól: 16.7 g; Fosfor: 989.42 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1040.24 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 91.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 58.66 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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2400.31 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 371.29 g; Wapń: 701.19 mg; Żelazo: 11.14 mg; Potas: 3784.47 mg; Sól: 15.49 g; Fosfor: 1540.95 mg; Witamina D: 3.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3973.59 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 82.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.4 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; suma cukrów prostych: 70.28 g;

środa 2024-05-22**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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1938.27 kcal; Białko ogółem: 75.16 g; Tłuszcz: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; Wapń: 757.71 mg; Żelazo: 8.37 mg; Potas: 3016.18 mg; Sól: 13.24 g; Fosfor: 1285.12 mg; Witamina D: .87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3149.22 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 79.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; suma cukrów prostych: 64.37 g;

środa 2024-05-22**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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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 półtusty 60 g (MLE,), zielony koperek 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: 1918.42 kcal; Białko ogółem: 79.4 g; Tłuszcz: 36.9 g; Węglowodany ogółem: 324.85 g; Wapń: 260.98 mg; Żelazo: 10.18 mg; Potas: 3153.93 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1180.02 mg; Witamina D: 2.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3710.06 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 78.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 54.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-22		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1919.42 kcal; Białko ogółem: 86.43 g; Tłuszcz: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 312.5 g; Wapń: 521.42 mg; Żelazo: 10.77 mg; Potas: 3648.77 mg; Sól: 15.33 g; Fosfor: 1376.16 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3739.9 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 93.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.18 g; Błonnik pokarmowy: 34 g; suma cukrów prostych: 27.44 g;			
środa 2024-05-22		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 ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 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 z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2046.47 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; Wapń: 587.23 mg; Żelazo: 12.95 mg; Potas: 4002.93 mg; Sól: 15.2 g; Fosfor: 1571.6 mg; Witamina D: 3.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2953.32 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 153.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.22 g; suma cukrów prostych: 29.45 g;			
środa 2024-05-22		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,), 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 ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2076.3 kcal; Białko ogółem: 68.26 g; Tłuszcz: 47.71 g; Węglowodany ogółem: 357.12 g; Wapń: 255.88 mg; Żelazo: 12.4 mg; Potas: 4355.36 mg; Sól: 22.96 g; Fosfor: 1113.42 mg; Witamina D: 3.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4092.05 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 140.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.67 g; Błonnik pokarmowy: 42.33 g; suma cukrów prostych: 27.17 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-05-22		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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: 2074.05 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz: 46.4 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; Wapń: 243.14 mg; Żelazo: 11.41 mg; Potas: 3915.97 mg; Sól: 22.94 g; Fosfor: 1083.85 mg; Witamina D: 3.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4078.91 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 110.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.54 g; Błonnik pokarmowy: 35.76 g; suma cukrów prostych: 56.9 g;			
środa 2024-05-22		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2627.12 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz: 68.06 g; Węglowodany ogółem: 390.87 g; Wapń: 912.9 mg; Żelazo: 12.68 mg; Potas: 4399.96 mg; Sól: 16.51 g; Fosfor: 1904.17 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4033.74 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 97.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.8 g; suma cukrów prostych: 70.45 g;			
środa 2024-05-22		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, 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: 2126.54 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; Wapń: 247.53 mg; Żelazo: 11.86 mg; Potas: 4034.29 mg; Sól: 23.03 g; Fosfor: 1160.62 mg; Witamina D: 3.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4092.92 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 110.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; suma cukrów prostych: 56.96 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2149.92 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 315.3 g; Wapń: 652.22 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 3634.55 mg; Sól: 14.42 g; Fosfor: 1432.13 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1356.4 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 82.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; suma cukrów prostych: 68.57 g;

czwartek 2024-05-23**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 , 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,**), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (**GLU, MLE,**), Sos koperkowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (**MLE,**), 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,**), 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: 1685.99 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 244.36 g; Wapń: 512.85 mg; Żelazo: 7.53 mg; Potas: 2969.79 mg; Sól: 12.12 g; Fosfor: 1109.95 mg; Witamina D: 1.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1072.88 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 72.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; suma cukrów prostych: 63.29 g;

czwartek 2024-05-23**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,**), polędwica sop.wp 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 50 g ,

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos koperkowy. 30 ml (**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: 1646.23 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 29.6 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; Wapń: 146.87 mg; Żelazo: 8.82 mg; Potas: 2948.46 mg; Sól: 13.93 g; Fosfor: 1029.98 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1083.62 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 77.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; suma cukrów prostych: 48.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-23		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,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	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: 1684.59 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 259.34 g; Wapń: 435.33 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 3324.9 mg; Sól: 14.54 g; Fosfor: 1311.54 mg; Witamina D: 2.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1124.36 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 79.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; suma cukrów prostych: 17.87 g;			
czwartek 2024-05-23		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,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kalafior gotowany. 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 pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1841.44 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 52.42 g; Węglowodany ogółem: 252.55 g; Wapń: 550.17 mg; Żelazo: 11.98 mg; Potas: 3751.41 mg; Sól: 14.58 g; Fosfor: 1584.69 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1290.62 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 114.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; suma cukrów prostych: 24.57 g;			
czwartek 2024-05-23		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,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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: 1650.83 kcal; Białko ogółem: 54.04 g; Tłuszcz: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 290.01 g; Wapń: 192.67 mg; Żelazo: 9.31 mg; Potas: 3370.54 mg; Sól: 12.22 g; Fosfor: 858.3 mg; Witamina D: 2.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1854.48 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 214.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.87 g; suma cukrów prostych: 24.92 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-05-23		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,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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: 1648.58 kcal; Białko ogółem: 52.73 g; Tłuszcz: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 290.18 g; Wapń: 179.93 mg; Żelazo: 8.32 mg; Potas: 2931.15 mg; Sól: 12.2 g; Fosfor: 828.73 mg; Witamina D: 2.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1841.34 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 184.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.3 g; suma cukrów prostych: 54.65 g;		
czwartek 2024-05-23		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,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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: 2404.78 kcal; Białko ogółem: 116.53 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; Wapń: 870.45 mg; Żelazo: 10.72 mg; Potas: 4317.41 mg; Sól: 14.76 g; Fosfor: 1791.4 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1651.83 ug; Witamina B6: 3.17 mg; Witamina C: 101.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; suma cukrów prostych: 69.45 g;		
czwartek 2024-05-23		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,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (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: 1829.16 kcal; Białko ogółem: 75.3 g; Tłuszcz: 49.88 g; Węglowodany ogółem: 272.71 g; Wapń: 148.11 mg; Żelazo: 8.83 mg; Potas: 2950.21 mg; Sól: 13.95 g; Fosfor: 1030.91 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1228.68 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 77.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; suma cukrów prostych: 48.3 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , 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,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki pettitki 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1718.35 kcal; Białko ogółem: 60.3 g; Tłuszcz: 47.21 g; Węglowodany ogółem: 270.7 g; Wapń: 549.7 mg; Żelazo: 7.97 mg; Potas: 3035.27 mg; Sól: 11.69 g; Fosfor: 1031.05 mg; Witamina D: 1.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1501.33 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 95.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; suma cukrów prostych: 80.7 g;			
piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1647.11 kcal; Białko ogółem: 60.79 g; Tłuszcz: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; Wapń: 254.11 mg; Żelazo: 9.02 mg; Potas: 3161.42 mg; Sól: 13.38 g; Fosfor: 915.36 mg; Witamina D: 2.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1756.92 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 111.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; suma cukrów prostych: 74.81 g;			
piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), bułka pszenna 100g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1836.51 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 37.4 g; Węglowodany ogółem: 307.86 g; Wapń: 523.03 mg; Żelazo: 10.56 mg; Potas: 3736.72 mg; Sól: 14.57 g; Fosfor: 1179.5 mg; Witamina D: 2.93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1786.26 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 121.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.1 g; suma cukrów prostych: 28.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), bułka razowa 100 g 1 szt (GLU, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszanej kapusty. 150 g , Buraczki z wody 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1935.31 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 49.72 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; Wapń: 598.51 mg; Żelazo: 14.11 mg; Potas: 4136.61 mg; Sól: 15.33 g; Fosfor: 1349.5 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1909.23 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 137.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 39.38 g; suma cukrów prostych: 36.24 g;			
piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), bułka pszenna 100g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,), 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,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1873.39 kcal; Białko ogółem: 61.14 g; Tłuszcz: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; Wapń: 272.67 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3529.5 mg; Sól: 13.16 g; Fosfor: 925.49 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1879.27 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 136.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; suma cukrów prostych: 25.56 g;			
piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1682.74 kcal; Białko ogółem: 51.88 g; Tłuszcz: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 284.49 g; Wapń: 251.45 mg; Żelazo: 8.15 mg; Potas: 3009.65 mg; Sól: 12.19 g; Fosfor: 827.92 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1866.63 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 111.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; suma cukrów prostych: 74.84 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , 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,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2213.36 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 57.33 g; Węglowodany ogółem: 341.77 g; Wapń: 920 mg; Żelazo: 11.08 mg; Potas: 4133.83 mg; Sól: 14.19 g; Fosfor: 1520.07 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2022.1 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 130.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.3 g; suma cukrów prostych: 91.35 g;			
piątek 2024-05-24		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1740.05 kcal; Białko ogółem: 67.74 g; Tłuszcz: 41.36 g; Węglowodany ogółem: 283.08 g; Wapń: 209.38 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 3375.92 mg; Sól: 13.44 g; Fosfor: 974.27 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1845.22 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 110.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; suma cukrów prostych: 73.24 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-25		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, 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: 1853.23 kcal; Białko ogółem: 65.01 g; Tłuszcz: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 305.6 g; Wapń: 802.79 mg; Żelazo: 8.8 mg; Potas: 3738.15 mg; Sól: 11.93 g; Fosfor: 1152.81 mg; Witamina D: .68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2624.5 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 94.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 106.08 g;			
sobota 2024-05-25		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1634.76 kcal; Białko ogółem: 63.67 g; Tłuszcz: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; Wapń: 260.38 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 3468.4 mg; Sól: 12.5 g; Fosfor: 929.26 mg; Witamina D: 1.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2627.03 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 101.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; suma cukrów prostych: 79.26 g;			
sobota 2024-05-25		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), 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,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (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,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 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: 1626.76 kcal; Białko ogółem: 69.2 g; Tłuszcz: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; Wapń: 475.82 mg; Żelazo: 9.55 mg; Potas: 3489.24 mg; Sól: 12.54 g; Fosfor: 1080.4 mg; Witamina D: 1.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 862.87 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 179.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 34.57 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-25		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,), 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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków ogórka kiszzonego i cebuli 120 g (JAJ, MLE, GOR,), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1775.78 kcal; Białko ogółem: 67.36 g; Tłuszcz: 46.7 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; Wapń: 528.7 mg; Żelazo: 11.79 mg; Potas: 3849.35 mg; Sól: 13.67 g; Fosfor: 1267.08 mg; Witamina D: 2.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1563.01 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 191.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.3 g; suma cukrów prostych: 36.19 g;			
sobota 2024-05-25		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z 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,), Pierogi leniwe- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, 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: 2003.57 kcal; Białko ogółem: 60.46 g; Tłuszcz: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 370.02 g; Wapń: 220.46 mg; Żelazo: 11.37 mg; Potas: 4024.16 mg; Sól: 12.31 g; Fosfor: 905.4 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 929.27 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 216.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; suma cukrów prostych: 31.79 g;			
sobota 2024-05-25		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z 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,), Pierogi leniwe- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2010.32 kcal; Białko ogółem: 60.65 g; Tłuszcz: 33.57 g; Węglowodany ogółem: 378.59 g; Wapń: 252.72 mg; Żelazo: 11.28 mg; Potas: 4058.77 mg; Sól: 12.49 g; Fosfor: 920.83 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2710.13 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 123.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.28 g; Błonnik pokarmowy: 33.2 g; suma cukrów prostych: 79.22 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-25		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, 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: 2275.56 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 360.57 g; Wapń: 900.05 mg; Żelazo: 11.72 mg; Potas: 4779.08 mg; Sól: 14.43 g; Fosfor: 1575.54 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2968.69 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 127 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.3 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 95.22 g;			
sobota 2024-05-25		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z 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,), Pierogi leniwe- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, 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: 2056.25 kcal; Białko ogółem: 68.69 g; Tłuszcz: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 380.81 g; Wapń: 255.06 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 4200.67 mg; Sól: 12.54 g; Fosfor: 1009.24 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2712.29 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 123.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; suma cukrów prostych: 79.23 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2146.76 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 63.45 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g; Wapń: 687.81 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 3921.67 mg; Sól: 14.63 g; Fosfor: 1470.6 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3134.9 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 88.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.3 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 74.84 g;

niedziela 2024-05-26**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany DZ 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubuś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1849.96 kcal; Białko ogółem: 73.33 g; Tłuszcz: 54.96 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Wapń: 657.36 mg; Żelazo: 8.34 mg; Potas: 3688.46 mg; Sól: 11.53 g; Fosfor: 1235.51 mg; Witamina D: 1.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3963.62 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 87.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; suma cukrów prostych: 89.15 g;

niedziela 2024-05-26**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 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 marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1819.94 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 42.03 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; Wapń: 231.95 mg; Żelazo: 9.41 mg; Potas: 3319.5 mg; Sól: 14.23 g; Fosfor: 1141.92 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2916.78 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 84.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 53.1 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-26		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 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 marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1816.49 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 44.89 g; Węglowodany ogółem: 272.16 g; Wapń: 492.66 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3824.08 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1338.72 mg; Witamina D: 2.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2946.91 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 99.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.7 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; suma cukrów prostych: 24.33 g;			
niedziela 2024-05-26		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,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 100 ml (MLE,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 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 , Mizeria ze śmietaną. 110 g (MLE,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2019.88 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 64.65 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; Wapń: 876.49 mg; Żelazo: 12.22 mg; Potas: 4485.18 mg; Sól: 14.66 g; Fosfor: 1777.33 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2682.76 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 108.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.3 g; suma cukrów prostych: 37.91 g;			
niedziela 2024-05-26		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 z ind 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 pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa ziemniaczana nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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: 1840.42 kcal; Białko ogółem: 60.17 g; Tłuszcz: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Wapń: 201.88 mg; Żelazo: 10.7 mg; Potas: 4196.25 mg; Sól: 21.95 g; Fosfor: 977.41 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3166.74 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 138.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g; suma cukrów prostych: 21.46 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-05-26		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 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,), zupa ziemniaczana nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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: 1842.62 kcal; Białko ogółem: 58.83 g; Tłuszcz: 40.72 g; Węglowodany ogółem: 316.72 g; Wapń: 188.87 mg; Żelazo: 9.69 mg; Potas: 3747.12 mg; Sól: 21.93 g; Fosfor: 947.18 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3153.31 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 107.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; suma cukrów prostych: 52.97 g;			
niedziela 2024-05-26		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 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 marchwi i jabłka 150 g (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 koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2480.26 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 321.1 g; Wapń: 911.26 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 4692.53 mg; Sól: 15.75 g; Fosfor: 1914.24 mg; Witamina D: 4.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3326.24 ug; Witamina B6: 3.15 mg; Witamina C: 107.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; suma cukrów prostych: 75.36 g;			
niedziela 2024-05-26		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 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 marchwi i jabłka 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,), zupa ziemniaczana nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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: 1977.78 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 49.22 g; Węglowodany ogółem: 317.41 g; Wapń: 199.24 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 4018.92 mg; Sól: 22.12 g; Fosfor: 1113.77 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3231.38 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 108.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; suma cukrów prostych: 53.18 g;			

Jadłospisy dla oddziałów