

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-01		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ogórek świeży 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet mielony. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Kapusta świeża zasmażana. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera topionego , kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g (JAJ, SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2331.68 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 84.8 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; Wapń: 688.41 mg; Żelazo: 10.73 mg; Potas: 3225.97 mg; Sól: 14.76 g; Fosfor: 1258.71 mg; Witamina D: 4.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1426.57 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 123.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g; suma cukrów prostych: 67.53 g;		
poniedziałek 2024-07-01		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g ,	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet mielony DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Ziemniaki DZ 190 g , Kapusta świeża zasmażana DZ 100 g (GLU,), 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,), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2035.4 kcal; Białko ogółem: 62.32 g; Tłuszcz: 79.05 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; Wapń: 690.83 mg; Żelazo: 8.47 mg; Potas: 2729.73 mg; Sól: 12.82 g; Fosfor: 1116.14 mg; Witamina D: 2.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1211.72 ug; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 104.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; suma cukrów prostych: 66.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos pomidorowy 30 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,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2094.14 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 313.6 g; Wapń: 677.12 mg; Żelazo: 11.61 mg; Potas: 3842.51 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1305.77 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1083.75 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 92.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; suma cukrów prostych: 79.66 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 40 g , Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany. 65 g , Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petititki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1836.32 kcal; Białko ogółem: 69.29 g; Tłuszcz: 53.98 g; Węglowodany ogółem: 271.66 g; Wapń: 622.56 mg; Żelazo: 9.02 mg; Potas: 3239.34 mg; Sól: 12.38 g; Fosfor: 1101.99 mg; Witamina D: 1.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 795.28 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 78.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g; suma cukrów prostych: 75.67 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos pomidorowy 30 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 z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1713.43 kcal; Białko ogółem: 70.87 g; Tłuszcz: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; Wapń: 251.99 mg; Żelazo: 11.21 mg; Potas: 3276.34 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 999.1 mg; Witamina D: 2.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 849.35 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 88.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; suma cukrów prostych: 59.2 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos pomidorowy 30 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 z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1714.43 kcal; Białko ogółem: 77.9 g; Tłuszcz: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 280.77 g; Wapń: 512.43 mg; Żelazo: 11.8 mg; Potas: 3771.18 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1195.24 mg; Witamina D: 2.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 879.19 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 103.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; suma cukrów prostych: 32.21 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty białej. 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,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2031.78 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 61.65 g; Węglowodany ogółem: 285.58 g; Wapń: 988.58 mg; Żelazo: 13.17 mg; Potas: 4482.05 mg; Sól: 14.56 g; Fosfor: 1677.9 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1122.35 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 154.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 44.99 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos pomidorowy 30 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,), 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,), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2120.29 kcal; Białko ogółem: 64.12 g; Tłuszcz: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 358.98 g; Wapń: 216.58 mg; Żelazo: 12.5 mg; Potas: 3567.86 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 920.06 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 992.5 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 188.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.4 g; suma cukrów prostych: 26.63 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany-nerkowa. 50 g , Sos pomidorowy 30 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,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2099.24 kcal; Białko ogółem: 63.49 g; Tłuszcz: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 356.55 g; Wapń: 210.61 mg; Żelazo: 12.01 mg; Potas: 3353.56 mg; Sól: 14.07 g; Fosfor: 905.61 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 986.08 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 98.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; suma cukrów prostych: 66.55 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany(2.00 porcje) 70 g , Sos pomidorowy 30 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 z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2264.59 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 63.45 g; Węglowodany ogółem: 325.45 g; Wapń: 887.3 mg; Żelazo: 12.52 mg; Potas: 4351.53 mg; Sól: 14.75 g; Fosfor: 1578.57 mg; Witamina D: 4.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1112.25 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 107.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; suma cukrów prostych: 79.66 g;			
poniedziałek 2024-07-01		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	pomidory 50 g , Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos pomidorowy 30 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,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2125.56 kcal; Białko ogółem: 68.16 g; Tłuszcz: 49.92 g; Węglowodany ogółem: 356.55 g; Wapń: 213.67 mg; Żelazo: 12.21 mg; Potas: 3433.74 mg; Sól: 14.1 g; Fosfor: 948.05 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 986.08 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 98.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; suma cukrów prostych: 66.55 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami 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,), Ćwikła. 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,), Pasta z parówki i twarogu z cebulką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 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: 2587.16 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 72.47 g; Węglowodany ogółem: 392.7 g; Wapń: 716.34 mg; Żelazo: 15.83 mg; Potas: 3969.93 mg; Sól: 16.39 g; Fosfor: 1627.5 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1782.5 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 118.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; suma cukrów prostych: 75.46 g;		
wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami 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,), Ćwikła 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,), Pasta z parówki i twarogu z cebulką zieloną DZ 50 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 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: 2229.77 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 69.16 g; Węglowodany ogółem: 326.1 g; Wapń: 906.7 mg; Żelazo: 12.93 mg; Potas: 3477.02 mg; Sól: 14.93 g; Fosfor: 1448.04 mg; Witamina D: 1.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1568.55 ug; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 99.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; suma cukrów prostych: 92.47 g;		
wtorek 2024-07-02		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka 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,), 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,), Schab gotowany. 65 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2432.19 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 368.27 g; Wapń: 690.55 mg; Żelazo: 12.4 mg; Potas: 3869.99 mg; Sól: 15.94 g; Fosfor: 1614.24 mg; Witamina D: 4.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3519.84 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 79.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; suma cukrów prostych: 73.51 g;		
wtorek 2024-07-02		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	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,), sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Schab gotowany DZ 55 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 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: 2088.61 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 302.29 g; Wapń: 871.44 mg; Żelazo: 9.44 mg; Potas: 3258.66 mg; Sól: 13.77 g; Fosfor: 1450.73 mg; Witamina D: 1.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2805.84 ug; Witamina B6: 2.1 mg; Witamina C: 65.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.47 g; Błonnik pokarmowy: 24 g; suma cukrów prostych: 88.85 g;		
wtorek 2024-07-02		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	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,), 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 10 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 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: 1979.15 kcal; Białko ogółem: 85.14 g; Tłuszcz: 38.41 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; Wapń: 245.83 mg; Żelazo: 11.4 mg; Potas: 3255.4 mg; Sól: 15.51 g; Fosfor: 1255.54 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3236.44 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 75.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g; suma cukrów prostych: 57.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-02		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), sałatka z marchwi 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>), Schab gotowany. 65 g , twaróg półtłusty 40 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1972.05 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; Wapń: 506.25 mg; Żelazo: 11.99 mg; Potas: 3750.2 mg; Sól: 15.75 g; Fosfor: 1451.68 mg; Witamina D: 3.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3266.28 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 90.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; suma cukrów prostych: 28.67 g;			
wtorek 2024-07-02		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Ćwikła. 150 g (<i>MLE,</i>), Kalafior gotowany. 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>), Schab gotowany. 65 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2054.89 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 55.24 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; Wapń: 546.84 mg; Żelazo: 15.17 mg; Potas: 4069.64 mg; Sól: 15.62 g; Fosfor: 1632.01 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1587.8 ug; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 134.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g; suma cukrów prostych: 33.39 g;			
wtorek 2024-07-02		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada dr. z oczkiem- nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), 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>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2125.15 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz: 46.7 g; Węglowodany ogółem: 372.37 g; Wapń: 223.41 mg; Żelazo: 12.75 mg; Potas: 4429.74 mg; Sól: 15.41 g; Fosfor: 1164.72 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3365.89 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 139.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.16 g; suma cukrów prostych: 25.89 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	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,), 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,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 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: 2131 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 45.39 g; Węglowodany ogółem: 374.54 g; Wapń: 210.69 mg; Żelazo: 11.76 mg; Potas: 3990.39 mg; Sól: 15.39 g; Fosfor: 1135.15 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3352.75 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 109.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; suma cukrów prostych: 57.62 g;			
wtorek 2024-07-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka 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,), sałatka z marchwi 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,), Schab gotowany. 65 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 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: 2659 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 387.85 g; Wapń: 902.26 mg; Żelazo: 13.94 mg; Potas: 4485.48 mg; Sól: 16.96 g; Fosfor: 1977.46 mg; Witamina D: 4.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3579.99 ug; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 94.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; suma cukrów prostych: 73.68 g;			
wtorek 2024-07-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	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,), 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 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: 2027.5 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; Wapń: 207.22 mg; Żelazo: 11.28 mg; Potas: 3204.5 mg; Sól: 15.49 g; Fosfor: 1164.59 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3340.6 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 74.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g; suma cukrów prostych: 56.42 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-03		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka kons. baton 50 g (GLU, SOJ, GOR,), rzodkiew 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i jaj z cebulka zieloną 60 g (JAJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2422.38 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 347.36 g; Wapń: 986.45 mg; Żelazo: 10.8 mg; Potas: 4175.41 mg; Sól: 12.11 g; Fosfor: 1719.73 mg; Witamina D: 4.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1348.9 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 143.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; suma cukrów prostych: 78.44 g;		
środa 2024-07-03		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka kons. baton 40 g (GLU, SOJ, GOR,), rzodkiew 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),	Zupa pieczarkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), 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 , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i jaj z cebulką zieloną DZ 50 g (JAJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2038.59 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 59.86 g; Węglowodany ogółem: 287.98 g; Wapń: 1035.31 mg; Żelazo: 8.87 mg; Potas: 3743.27 mg; Sól: 10.35 g; Fosfor: 1562.79 mg; Witamina D: 2.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1098.66 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 129.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g; suma cukrów prostych: 71.82 g;		
środa 2024-07-03		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa jarzynowa z makaronem 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 , 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,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2411.42 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; Wapń: 937.75 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 4084.03 mg; Sól: 14.85 g; Fosfor: 1527.49 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1197.57 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 94.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g; suma cukrów prostych: 82.69 g;

środa 2024-07-03**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), kielb szynkowa wp 40 g (**SOJ,**),
sałata zielona 15 g , Kasza manna na
mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU,**
MLE,), herbata z cukrem 200 ml (**GLU,**
SEL, GOR,),

Zupa jarzynowa z makaronem 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 , Buraczki
zasmażane DZ 100 g (**GLU, MLE,**),
Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL,**
GOR,),

Podwieczorek:

jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

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

Posiłek nocny:

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g
(**MLE,**), schab gotowany PN 50 g ,
sałata zielona 15 g , jogurt naturalny
150 ml (**MLE,**),

Wartości odżywcze: Energia kc: 2040.9 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 287.79 g; Wapń: 1010.38 mg; Żelazo: 9.22 mg; Potas: 3655.23 mg; Sól: 13.5 g; Fosfor: 1414.14 mg; Witamina D: 1.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1002.67 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 92.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; suma cukrów prostych: 75.85 g;

środa 2024-07-03**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL,**
GOR,), chleb pszenny 100 g (**GLU,**
JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10
g (**MLE,**), kielb szynkowa wp 50 g
(**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Zupa jarzynowa z makaronem 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 , 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,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**),
zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),
margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**),
schab gotowany PN 50 g , sałata
zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml
(**MLE,**),

Wartości odżywcze: Energia kc: 1862.04 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; Wapń: 509.03 mg; Żelazo: 10.68 mg; Potas: 3463.06 mg; Sól: 13.83 g; Fosfor: 1231.66 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 933.16 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 90.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.4 g; suma cukrów prostych: 67.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), ser żółty twardy 30 g (<i>MLE,</i>), pomidory 30 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>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,</i> <i>GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1945.4 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 300.7 g; Wapń: 761.15 mg; Żelazo: 11.82 mg; Potas: 3802.57 mg; Sól: 14.61 g; Fosfor: 1425.2 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1044.06 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 110.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; suma cukrów prostych: 31.91 g;			
środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), ser żółty twardy 30 g (<i>MLE,</i>), pomidory 30 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i> <i>MLE,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Fasolka szparagowa z wody 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,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2142.84 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 286.4 g; Wapń: 829.87 mg; Żelazo: 13.25 mg; Potas: 4070.36 mg; Sól: 15.04 g; Fosfor: 1627.43 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1233.11 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 171.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.11 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; suma cukrów prostych: 26.65 g;			
środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU,</i> <i>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,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1855.08 kcal; Białko ogółem: 57.34 g; Tłuszcz: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; Wapń: 217.58 mg; Żelazo: 10.87 mg; Potas: 3551.89 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 813.73 mg; Witamina D: 2.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1317.57 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 212.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; suma cukrów prostych: 32.38 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 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 , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 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: 1852.83 kcal; Białko ogółem: 56.03 g; Tłuszcz: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 330.48 g; Wapń: 204.84 mg; Żelazo: 9.88 mg; Potas: 3112.5 mg; Sól: 14.46 g; Fosfor: 784.16 mg; Witamina D: 2.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1304.43 ug; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 182.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 62.11 g;			
środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa jarzynowa z makaronem 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 , 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,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2666.28 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 362.67 g; Wapń: 1155.98 mg; Żelazo: 12.48 mg; Potas: 4766.89 mg; Sól: 15.18 g; Fosfor: 1886.76 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1493 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 114.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; suma cukrów prostych: 83.57 g;			
środa 2024-07-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 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 , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2156.32 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 50.09 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; Wapń: 222.44 mg; Żelazo: 11.05 mg; Potas: 3272.42 mg; Sól: 15.45 g; Fosfor: 982.14 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1450.05 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 170.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; suma cukrów prostych: 58.11 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-04		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pieczeń węd 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), ogórek świeży 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko . 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania. 160 g (GLU, JAJ,), Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kielbasa smażona z cebulką. 80 g (SOJ,), musztarda 15 g (GOR, SO2,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2621.49 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 105.32 g; Węglowodany ogółem: 347.18 g; Wapń: 689.41 mg; Żelazo: 12.17 mg; Potas: 2672.75 mg; Sól: 13.83 g; Fosfor: 1359.89 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1509.31 ug; Witamina B6: 1.61 mg; Witamina C: 60.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 66.85 g;		
czwartek 2024-07-04		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pieczeń węd 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), ogórek świeży 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko DZ 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania DZ. 140 g (GLU, JAJ,), Surówka z pory i marchwi DZ 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretką 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,), Kielbasa smażona z cebulką DZ 60 g (SOJ,), musztarda 10 g (GOR, SO2,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2080.4 kcal; Białko ogółem: 66.64 g; Tłuszcz: 86.17 g; Węglowodany ogółem: 270.51 g; Wapń: 543.41 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 2056.93 mg; Sól: 11.59 g; Fosfor: 1053.92 mg; Witamina D: 1.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1136.39 ug; Witamina B6: 1.21 mg; Witamina C: 47.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.64 g; suma cukrów prostych: 61.28 g;		
czwartek 2024-07-04		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2267.34 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 314.1 g; Wapń: 609.99 mg; Żelazo: 11.75 mg; Potas: 3354.49 mg; Sól: 15.89 g; Fosfor: 1358.1 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1330.24 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 78.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; suma cukrów prostych: 68.24 g;

czwartek 2024-07-04

Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (**MLE,**),

Zupa grysikowa DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Bitki wołowe w jarzynach DZ 80 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (**MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:

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

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Parówka na gorąco DZ 70 g (**SOJ,**), keczup 10 g (**SOJ, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1820 kcal; Białko ogółem: 68.47 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węglowodany ogółem: 253.03 g; Wapń: 499.27 mg; Żelazo: 9.18 mg; Potas: 2774.41 mg; Sól: 13.21 g; Fosfor: 1086.51 mg; Witamina D: 1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1011.49 ug; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 69.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; suma cukrów prostych: 63.5 g;

czwartek 2024-07-04

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,**), sałata zielona 15 g ,

Zupa grysikowa 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , 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,**), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1668.6 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 273.2 g; Wapń: 166.99 mg; Żelazo: 9.41 mg; Potas: 2815.48 mg; Sól: 13.07 g; Fosfor: 1042.66 mg; Witamina D: 2.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1111.15 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 70.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g; suma cukrów prostych: 48.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-04		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>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), twaróg półtłusty 30 g (<i>MLE,</i>), zielona cebulka 1 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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 , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1706.96 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 259.87 g; Wapń: 455.45 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3191.92 mg; Sól: 13.68 g; Fosfor: 1324.22 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1151.9 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 72.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; suma cukrów prostych: 18.31 g;			
czwartek 2024-07-04		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>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 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 grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Parówka na gorąco. 100 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2052.44 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 70.62 g; Węglowodany ogółem: 266.02 g; Wapń: 561.53 mg; Żelazo: 14.66 mg; Potas: 3801.81 mg; Sól: 16.25 g; Fosfor: 1518.58 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2234.61 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 108.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; suma cukrów prostych: 25.67 g;			
czwartek 2024-07-04		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>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki wołowe w jarzynach- nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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>), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), pomidory 50 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: 1947.64 kcal; Białko ogółem: 51.03 g; Tłuszcz: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 347.54 g; Wapń: 164.87 mg; Żelazo: 9.64 mg; Potas: 3141.92 mg; Sól: 13.32 g; Fosfor: 800.73 mg; Witamina D: 2.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1696.94 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 197.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; suma cukrów prostych: 23.83 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-04		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki wołowe w jarzynach-nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 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: 1945.39 kcal; Białko ogółem: 49.72 g; Tłuszcz: 41.4 g; Węglowodany ogółem: 347.71 g; Wapń: 152.13 mg; Żelazo: 8.65 mg; Potas: 2702.53 mg; Sól: 13.3 g; Fosfor: 771.16 mg; Witamina D: 2.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1683.8 ug; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 166.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.1 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; suma cukrów prostych: 53.56 g;		
czwartek 2024-07-04		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2473.63 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 328.47 g; Wapń: 825.56 mg; Żelazo: 14.34 mg; Potas: 4042.12 mg; Sól: 16.89 g; Fosfor: 1699.2 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1624.59 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 97.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g; suma cukrów prostych: 68.91 g;		
czwartek 2024-07-04		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 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: 1862.14 kcal; Białko ogółem: 60.47 g; Tłuszcz: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; Wapń: 122.83 mg; Żelazo: 9.56 mg; Potas: 2696.06 mg; Sól: 14.6 g; Fosfor: 781.65 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1084.15 ug; Witamina B6: 1.95 mg; Witamina C: 159.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; suma cukrów prostych: 53.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-05		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g , ser żółty twardy 50 g (MLE), rzodkiew 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Żurek z ziemniakami i kielbasą 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 , Mizeria ze śmietaną. 110 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), jaja 1 szt (JAJ), Sos majonezowy 25 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2), zielona cebulka 1 g , szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2882.74 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 403.42 g; Wapń: 1048.03 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 3213.05 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 1496.96 mg; Witamina D: 4.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1420.2 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 86.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; suma cukrów prostych: 82.73 g;		
piątek 2024-07-05		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), rogal maślany 1 szt , masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 40 g , ser żółty twardy 40 g (MLE), rzodkiew 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE),	Żurek z ziemniakami kielbasą 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 , Mizeria ze śmietaną DZ. 90 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), jaja 1 szt (JAJ), Sos majonezowy DZ 20 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2), zielona cebulka 1 g , szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2480.33 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 88.79 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; Wapń: 842.57 mg; Żelazo: 8.75 mg; Potas: 2435.38 mg; Sól: 11.99 g; Fosfor: 1224.36 mg; Witamina D: 2.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1143.31 ug; Witamina B6: 1.5 mg; Witamina C: 64.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.07 g; Błonnik pokarmowy: 16.7 g; suma cukrów prostych: 81.37 g;		
piątek 2024-07-05		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Żurek 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 jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2588.16 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 61.68 g; Węglowodany ogółem: 424.23 g; Wapń: 771.54 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 3926.31 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1498.45 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.09 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 109.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.58 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; suma cukrów prostych: 93.3 g;		
piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. pietr. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Żurek 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: 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2119.92 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 53.7 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; Wapń: 596.9 mg; Żelazo: 8.89 mg; Potas: 2865.72 mg; Sól: 11.46 g; Fosfor: 1157.9 mg; Witamina D: 1.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1475.86 ug; Witamina B6: 1.83 mg; Witamina C: 80.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; suma cukrów prostych: 89.36 g;		
piątek 2024-07-05 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Żurek 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 jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2150.59 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz: 41.99 g; Węglowodany ogółem: 375.78 g; Wapń: 281.43 mg; Żelazo: 10.47 mg; Potas: 3237.32 mg; Sól: 13.67 g; Fosfor: 1101.75 mg; Witamina D: 2.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1636.97 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 104.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; suma cukrów prostych: 75.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-05		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>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2066.99 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 44.72 g; Węglowodany ogółem: 342.53 g; Wapń: 535.35 mg; Żelazo: 10.91 mg; Potas: 3700.62 mg; Sól: 13.91 g; Fosfor: 1291.89 mg; Witamina D: 2.93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1666.31 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 113.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; suma cukrów prostych: 29.05 g;			
piątek 2024-07-05		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>), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g (<i>MLE,</i>), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (<i>JAJ, MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2101.52 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 329.75 g; Wapń: 622.83 mg; Żelazo: 12.83 mg; Potas: 3916.06 mg; Sól: 13.86 g; Fosfor: 1468.56 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3170.59 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 113.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.46 g; suma cukrów prostych: 31.77 g;			
piątek 2024-07-05		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>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klops rybny- nerkowa. 60 g (<i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2098.32 kcal; Białko ogółem: 68.33 g; Tłuszcz: 50.56 g; Węglowodany ogółem: 352.81 g; Wapń: 285.37 mg; Żelazo: 10.85 mg; Potas: 3492.8 mg; Sól: 12.67 g; Fosfor: 1036.01 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1762.11 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 129.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g; suma cukrów prostych: 26 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-05		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 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,), 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 jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2180.67 kcal; Białko ogółem: 67.17 g; Tłuszcz: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; Wapń: 279.15 mg; Żelazo: 10.01 mg; Potas: 3084.95 mg; Sól: 12.65 g; Fosfor: 1012.44 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1749.47 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 104.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; suma cukrów prostych: 75.28 g;		
piątek 2024-07-05		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Żurek 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, MIĘ,), 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 jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2787.34 kcal; Białko ogółem: 109.1 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 447.01 g; Wapń: 979.42 mg; Żelazo: 12.14 mg; Potas: 4226.48 mg; Sól: 14.53 g; Fosfor: 1674.81 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1921.25 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 124.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; suma cukrów prostych: 93.49 g;		
piątek 2024-07-05		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 , sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 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,), 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 jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2243.53 kcal; Białko ogółem: 81.83 g; Tłuszcz: 50.18 g; Węglowodany ogółem: 373.46 g; Wapń: 236.7 mg; Żelazo: 10.62 mg; Potas: 3451.82 mg; Sól: 13.73 g; Fosfor: 1160.66 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1725.27 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 102.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.1 g; suma cukrów prostych: 74.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-06		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenno 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet pieczony wieprz. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,), ogórek świeży 50 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Brizol wołowy 90 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenno 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2304.63 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; Wapń: 722.33 mg; Żelazo: 10.66 mg; Potas: 3402.07 mg; Sól: 14.41 g; Fosfor: 1303.85 mg; Witamina D: 5.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3113.05 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 74.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; suma cukrów prostych: 77 g;</p>		
sobota 2024-07-06		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenno 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet pieczony wieprz. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,), ogórek świeży 40 g ,	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Brizol wołowy DZ 70 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z marchwi i chrzanu 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 pszenno 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenno 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2050.49 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 285.59 g; Wapń: 913.81 mg; Żelazo: 8.51 mg; Potas: 3167.2 mg; Sól: 12.23 g; Fosfor: 1267.62 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2232.09 ug; Witamina B6: 1.73 mg; Witamina C: 68.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; suma cukrów prostych: 93.22 g;</p>		
sobota 2024-07-06		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenno 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenno 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2090.48 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 57.79 g; Węglowodany ogółem: 311.95 g; Wapń: 732.2 mg; Żelazo: 9.81 mg; Potas: 3774.49 mg; Sól: 16.21 g; Fosfor: 1376.68 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2019.35 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 113.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; suma cukrów prostych: 74.24 g;

sobota 2024-07-06**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitanka z ryżem 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 jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z pomidora DZ. 80 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1866.41 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 52.66 g; Węglowodany ogółem: 276.11 g; Wapń: 915.81 mg; Żelazo: 8.01 mg; Potas: 3528.65 mg; Sól: 14.96 g; Fosfor: 1326.1 mg; Witamina D: 1.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1875.56 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 99.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 90.27 g;

sobota 2024-07-06**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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1724.77 kcal; Białko ogółem: 72.9 g; Tłuszcz: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 290.15 g; Wapń: 273.07 mg; Żelazo: 9.38 mg; Potas: 3168.32 mg; Sól: 15.81 g; Fosfor: 1045.61 mg; Witamina D: 2.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1781.75 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 109.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; suma cukrów prostych: 52.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06		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,), sałata zielona 15 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 schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1725.77 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 277.8 g; Wapń: 533.51 mg; Żelazo: 9.97 mg; Potas: 3663.16 mg; Sól: 16.05 g; Fosfor: 1241.75 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1811.59 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 123.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; suma cukrów prostych: 25.67 g;			
sobota 2024-07-06		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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 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 schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), brokuły z wody II jarzyna 80 g (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2117.4 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; Wapń: 1055.54 mg; Żelazo: 13.04 mg; Potas: 4760.16 mg; Sól: 17.64 g; Fosfor: 1799.33 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4296.04 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 172.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g; suma cukrów prostych: 45.1 g;			
sobota 2024-07-06		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,), sałata zielona 15 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 schabowe w sosie własnym - nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1800.45 kcal; Białko ogółem: 63.72 g; Tłuszcz: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 297.03 g; Wapń: 275.82 mg; Żelazo: 10.99 mg; Potas: 3763.7 mg; Sól: 15.95 g; Fosfor: 963.22 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2646.03 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 164.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.3 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; suma cukrów prostych: 23.71 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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 jarską. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1798.2 kcal; Białko ogółem: 62.41 g; Tłuszcz: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 297.2 g; Wapń: 263.08 mg; Żelazo: 10 mg; Potas: 3324.31 mg; Sól: 15.93 g; Fosfor: 933.65 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2632.89 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 134.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 53.44 g;			
sobota 2024-07-06		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2286.3 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; Wapń: 951.43 mg; Żelazo: 10.9 mg; Potas: 4342.14 mg; Sól: 18.08 g; Fosfor: 1658.94 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2181.21 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 132.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 74.72 g;			
sobota 2024-07-06		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 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 jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g ,	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,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1833.29 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 44.02 g; Węglowodany ogółem: 297.2 g; Wapń: 267.16 mg; Żelazo: 10.27 mg; Potas: 3431.21 mg; Sól: 15.97 g; Fosfor: 990.23 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2632.89 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 134.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 53.44 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-07 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g, ogórek świeży 50 g, Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak pieczony. 150 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g, Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g, Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z cebulką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2548.75 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 95.06 g; Węglowodany ogółem: 324.53 g; Wapń: 655.14 mg; Żelazo: 9.35 mg; Potas: 3524.69 mg; Sól: 13.48 g; Fosfor: 1370.4 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1221.7 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 100.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; suma cukrów prostych: 64.97 g;		
niedziela 2024-07-07 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,), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g, ogórek świeży 40 g, Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak pieczony DZ. 120 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g, Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z cebulką zieloną DZ 50 g (SOJ, MLE,), pomidory 40 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2109.97 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 78.57 g; Węglowodany ogółem: 273.46 g; Wapń: 504.82 mg; Żelazo: 7.24 mg; Potas: 2856.27 mg; Sól: 10.41 g; Fosfor: 1064.21 mg; Witamina D: 1.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.94 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 85.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Błonnik pokarmowy: 17.98 g; suma cukrów prostych: 72.19 g;		
niedziela 2024-07-07 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	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. 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,), Schab gotowany. 65 g, pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g,

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2273.56 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 66.7 g; Węglowodany ogółem: 324.16 g; Wapń: 636.5 mg; Żelazo: 12.04 mg; Potas: 4032.77 mg; Sól: 14.72 g; Fosfor: 1457.13 mg; Witamina D: 4.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1204.75 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 85.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; suma cukrów prostych: 70.59 g;</p>		
<p>niedziela 2024-07-07 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany DZ 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Schab gotowany DZ 55 g , pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1884.55 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 270.45 g; Wapń: 492.26 mg; Żelazo: 9.39 mg; Potas: 3265.83 mg; Sól: 11.49 g; Fosfor: 1142.42 mg; Witamina D: 1.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 855.16 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 75.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; suma cukrów prostych: 74.16 g;</p>		
<p>niedziela 2024-07-07 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,</p>	<p>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. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1846.89 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 284.3 g; Wapń: 193.34 mg; Żelazo: 11.41 mg; Potas: 3427.08 mg; Sól: 14.32 g; Fosfor: 1099.68 mg; Witamina D: 3.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1009.13 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 80.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g; suma cukrów prostych: 54.32 g;</p>		
<p>niedziela 2024-07-07 Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i</p>		
<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,</p>	<p>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. 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,),</p>	<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1871.9 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 44.79 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; Wapń: 232.93 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 3708.94 mg; Sól: 14.7 g; Fosfor: 1212.04 mg; Witamina D: 3.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1032 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 95.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; suma cukrów prostych: 20.29 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-07		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 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 , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1956.33 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 269.95 g; Wapń: 320.47 mg; Żelazo: 14.35 mg; Potas: 4027.33 mg; Sól: 14.73 g; Fosfor: 1474.01 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1304.83 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 121.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; suma cukrów prostych: 21.91 g;			
niedziela 2024-07-07		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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 jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 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: 1894.78 kcal; Białko ogółem: 55.13 g; Tłuszcz: 40.88 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; Wapń: 227.31 mg; Żelazo: 12.12 mg; Potas: 3865.54 mg; Sól: 15.09 g; Fosfor: 839.16 mg; Witamina D: 2.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1339.66 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 228.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.86 g; Błonnik pokarmowy: 38.6 g; suma cukrów prostych: 30.76 g;			
niedziela 2024-07-07		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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 jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 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: 1888.88 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; Wapń: 214.28 mg; Żelazo: 11.11 mg; Potas: 3416.37 mg; Sól: 15.07 g; Fosfor: 808.93 mg; Witamina D: 2.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1326.23 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 197.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; suma cukrów prostych: 60.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-07		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,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (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. 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2607.06 kcal; Białko ogółem: 128.58 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 337.88 g; Wapń: 859.95 mg; Żelazo: 13.56 mg; Potas: 4803.63 mg; Sól: 15.83 g; Fosfor: 1900.77 mg; Witamina D: 5.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1396.09 ug; Witamina B6: 3.23 mg; Witamina C: 104.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.1 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 71.11 g;		
niedziela 2024-07-07		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,), sałata zielona 15 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. 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1973.04 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 56.77 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; Wapń: 193.94 mg; Żelazo: 11.43 mg; Potas: 3427.83 mg; Sól: 14.35 g; Fosfor: 1100.13 mg; Witamina D: 4.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1121.63 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 80.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g; suma cukrów prostych: 54.35 g;		