

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony w sosie. 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), kasza gryczana na sypko. 160 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2525.8 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 90.36 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g; Wapń: 1097.68 mg; Żelazo: 14.03 mg; Potas: 3491.78 mg; Sól: 14.63 g; Fosfor: 1766.94 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1354.09 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 80.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g; suma cukrów prostych: 68.58 g;		
poniedziałek 2024-08-05		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony w sosie DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Surówka z pory i marchwi DZ 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2115 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 271.56 g; Wapń: 1138.11 mg; Żelazo: 10.89 mg; Potas: 2898.66 mg; Sól: 12.66 g; Fosfor: 1522.12 mg; Witamina D: 1.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1138.78 ug; Witamina B6: 1.75 mg; Witamina C: 76.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; suma cukrów prostych: 62.21 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w jarzynach 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2229.53 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; Wapń: 652.71 mg; Żelazo: 13.7 mg; Potas: 3892.71 mg; Sól: 14.52 g; Fosfor: 1549.24 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1197.5 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 96.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; suma cukrów prostych: 67.84 g;			
poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w jarzynach DZ 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora DZ. 80 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1856.87 kcal; Białko ogółem: 77.49 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 273.57 g; Wapń: 692.72 mg; Żelazo: 10.75 mg; Potas: 3245.39 mg; Sól: 12.51 g; Fosfor: 1328.69 mg; Witamina D: 1.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 922.54 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 89.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; suma cukrów prostych: 61.41 g;			
poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w jarzynach 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1845.06 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; Wapń: 165.05 mg; Żelazo: 12.31 mg; Potas: 3185.57 mg; Sól: 14.09 g; Fosfor: 1099.64 mg; Witamina D: 3.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 998.68 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 92.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; suma cukrów prostych: 50.28 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05		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> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), twaróg półtłusty 30 g ( <i>MLE,</i> ), zielona cebulka 1 g ,	Barszcz z ziemniakami. 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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 , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1883.41 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 290.63 g; Wapń: 453.51 mg; Żelazo: 12.93 mg; Potas: 3562.02 mg; Sól: 14.7 g; Fosfor: 1381.2 mg; Witamina D: 3.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1039.42 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 94.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g; suma cukrów prostych: 19.9 g;			
poniedziałek 2024-08-05		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> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), Twarożek ze śmietaną. 30 g ( <i>MLE,</i> ), zielona cebulka 1 g ,	Barszcz z ziemniakami. 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), 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> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1996.22 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 54.65 g; Węglowodany ogółem: 287.46 g; Wapń: 583.3 mg; Żelazo: 16.25 mg; Potas: 4034.22 mg; Sól: 14.85 g; Fosfor: 1680.32 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2063.05 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 105.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.4 g; suma cukrów prostych: 26.25 g;			
poniedziałek 2024-08-05		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> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Barszcz z ziemniakami. 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), sok bobofrut b/c 300 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Makaron z jabłkami b/c. 250 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2177.66 kcal; Białko ogółem: 65.7 g; Tłuszcz: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 373.41 g; Wapń: 182.77 mg; Żelazo: 12.6 mg; Potas: 3318.06 mg; Sól: 14.03 g; Fosfor: 1008.42 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1176.56 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 194.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; suma cukrów prostych: 19.66 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki wołowe w jarzynach-nerkowa. 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Makaron z jabłkami. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2156.61 kcal; Białko ogółem: 65.07 g; Tłuszcz: 48.84 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; Wapń: 176.8 mg; Żelazo: 12.11 mg; Potas: 3103.76 mg; Sól: 14 g; Fosfor: 993.97 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1170.14 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 104.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; suma cukrów prostych: 59.58 g;			
poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w jarzynach( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2435.82 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; Wapń: 868.28 mg; Żelazo: 16.29 mg; Potas: 4580.34 mg; Sól: 15.51 g; Fosfor: 1890.34 mg; Witamina D: 4.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1491.85 ug; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 116.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; suma cukrów prostych: 68.51 g;			
poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki wołowe w jarzynach 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1926.21 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 46.37 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; Wapń: 165.65 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 3186.32 mg; Sól: 14.12 g; Fosfor: 1100.09 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1111.18 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 92.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g; suma cukrów prostych: 50.31 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-06</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka kons. baton 50 g ( <b>GLU, SOJ, GOR,</b> ), rzodkiew 50 g ,	Zupa grochowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek świeży 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2422.34 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 67.5 g; Węglowodany ogółem: 352.97 g; Wapń: 895.43 mg; Żelazo: 12.31 mg; Potas: 4328.29 mg; Sól: 13.96 g; Fosfor: 1749.02 mg; Witamina D: 4.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1415.33 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 124.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; suma cukrów prostych: 71.91 g;		
<b>wtorek 2024-08-06</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka kons. baton 40 g ( <b>GLU, SOJ, GOR,</b> ), rzodkiew 40 g ,	Zupa grochowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka DZ 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Galaretką owocowa DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pomid. z zie. cebulką. 50 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek świeży 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1990.53 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 58.58 g; Węglowodany ogółem: 284.11 g; Wapń: 841.61 mg; Żelazo: 9.26 mg; Potas: 3600.52 mg; Sól: 12.03 g; Fosfor: 1441.82 mg; Witamina D: 1.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1061.51 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 104.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; suma cukrów prostych: 72.14 g;		
<b>wtorek 2024-08-06</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2536.48 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 90.99 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; Wapń: 850.47 mg; Żelazo: 12.9 mg; Potas: 4210.68 mg; Sól: 16.37 g; Fosfor: 1504.38 mg; Witamina D: 4.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1345.64 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 105.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 79.59 g;

**wtorek 2024-08-06****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka DZ 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Galaretką owocową DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco DZ 70 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 10 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2059.26 kcal; Białko ogółem: 79.16 g; Tłuszcz: 74.15 g; Węglowodany ogółem: 269.13 g; Wapń: 800.91 mg; Żelazo: 9.79 mg; Potas: 3536.4 mg; Sól: 13.68 g; Fosfor: 1270.73 mg; Witamina D: 1.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1007.06 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 90.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.84 g; suma cukrów prostych: 74.95 g;

**wtorek 2024-08-06****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1954.25 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 41.92 g; Węglowodany ogółem: 304.33 g; Wapń: 398.04 mg; Żelazo: 11.47 mg; Potas: 3727.71 mg; Sól: 13.54 g; Fosfor: 1280.25 mg; Witamina D: 3.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1060.67 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 97.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; suma cukrów prostych: 56.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), ser żółty twardy 30 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2033.93 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 297.7 g; Wapń: 650.27 mg; Żelazo: 12.55 mg; Potas: 4001.08 mg; Sól: 14.32 g; Fosfor: 1470.1 mg; Witamina D: 3.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1162.35 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 112.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.3 g; suma cukrów prostych: 21.1 g;			
wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), ser żółty twardy 30 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2505.36 kcal; Białko ogółem: 108.38 g; Tłuszcz: 90.73 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; Wapń: 1205.05 mg; Żelazo: 15.39 mg; Potas: 4795.23 mg; Sól: 17.77 g; Fosfor: 1964.44 mg; Witamina D: 4.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1386.65 ug; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 134.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; suma cukrów prostych: 47.41 g;			
wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1999.73 kcal; Białko ogółem: 56.35 g; Tłuszcz: 46.2 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; Wapń: 224.89 mg; Żelazo: 12.31 mg; Potas: 4521.83 mg; Sól: 13.03 g; Fosfor: 911.34 mg; Witamina D: 2.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1204.3 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 228.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; suma cukrów prostych: 32.85 g;			



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka-nerkowa. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1948.66 kcal; Białko ogółem: 55.98 g; Tłuszcz: 42.15 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; Wapń: 195.62 mg; Żelazo: 10.82 mg; Potas: 4009.88 mg; Sól: 12.33 g; Fosfor: 882.09 mg; Witamina D: 2.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1193.17 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 197.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.5 g; suma cukrów prostych: 62.25 g;			
wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2757.03 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; Wapń: 1077.16 mg; Żelazo: 13.93 mg; Potas: 4885.91 mg; Sól: 18.05 g; Fosfor: 1882.77 mg; Witamina D: 4.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1254.58 ug; Witamina B6: 3.06 mg; Witamina C: 123.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; suma cukrów prostych: 80.07 g;			
wtorek 2024-08-06		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Potrawka z kurczaka II 130 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , sok kubaś 300 ml ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2349.91 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 334.9 g; Wapń: 249.11 mg; Żelazo: 13.1 mg; Potas: 3826.36 mg; Sól: 16.05 g; Fosfor: 1082.75 mg; Witamina D: 4.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3020.52 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 97.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; suma cukrów prostych: 75.94 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>środa 2024-08-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), pasztet drobiowy konserwowy 65 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pieczeń z karkówki na dziko . 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</b> ), Makaron do drugiego dania. 160 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), ogórek świeży 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2492.03 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 84.41 g; Węglowodany ogółem: 352.4 g; Wapń: 771.62 mg; Żelazo: 11.61 mg; Potas: 2718.93 mg; Sól: 14.01 g; Fosfor: 1336.18 mg; Witamina D: 6.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1576.84 ug; Witamina B6: 1.58 mg; Witamina C: 105.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; suma cukrów prostych: 67.69 g;		
<b>środa 2024-08-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), pasztet drobiowy konserwowy 65 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pieczeń z karkówki na dziko DZ 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</b> ), Makaron do drugiego dania DZ. 140 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> biskopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), ogórek świeży 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2054.6 kcal; Białko ogółem: 66.31 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 284.17 g; Wapń: 612.37 mg; Żelazo: 9.11 mg; Potas: 2095.53 mg; Sól: 12.03 g; Fosfor: 1050.03 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1253.49 ug; Witamina B6: 1.16 mg; Witamina C: 79.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g; suma cukrów prostych: 68.67 g;		
<b>środa 2024-08-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2217.73 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; Wapń: 727.57 mg; Żelazo: 10.23 mg; Potas: 3771.68 mg; Sól: 14.74 g; Fosfor: 1480.1 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3152.87 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 83.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; suma cukrów prostych: 73.28 g;

**środa 2024-08-07****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**),

Krupnik DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (**GLU, MLE,**), Sos koperkowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (**MLE,**), Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

**Podwieczorek:**biszkopty 20 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),

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

**Posiłek nocny:**

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), pomidory 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1807.68 kcal; Białko ogółem: 69.44 g; Tłuszcz: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 277.69 g; Wapń: 566.66 mg; Żelazo: 8.05 mg; Potas: 3035.77 mg; Sól: 12.49 g; Fosfor: 1165.06 mg; Witamina D: 1.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2265.24 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 70.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; suma cukrów prostych: 74.06 g;

**środa 2024-08-07****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos koperkowy. 30 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , 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,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , 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: 1706.99 kcal; Białko ogółem: 70.83 g; Tłuszcz: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; Wapń: 223.34 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 3086.98 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1078.76 mg; Witamina D: 2.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2865.44 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 78.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; suma cukrów prostych: 54.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <i>GLU,</i> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), 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> ), twaróg półtłusty 60 g ( <i>MLE,</i> ), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1699.89 kcal; Białko ogółem: 77.86 g; Tłuszcz: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; Wapń: 483.76 mg; Żelazo: 9.76 mg; Potas: 3581.78 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1274.9 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2895.28 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 93.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; suma cukrów prostych: 25.92 g;			
środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <i>GLU, MLE,</i> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , brokuły z wody II jarzyna 80 g ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1951.89 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 59.96 g; Węglowodany ogółem: 275.79 g; Wapń: 624.61 mg; Żelazo: 12.45 mg; Potas: 4110.84 mg; Sól: 14.36 g; Fosfor: 1552.11 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1374.44 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 210.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; suma cukrów prostych: 28.69 g;			
środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g ( <i>GLU,</i> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g ( <i>GLU, JAJ,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2054.8 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 356.91 g; Wapń: 201.3 mg; Żelazo: 11.7 mg; Potas: 4405.37 mg; Sól: 14.29 g; Fosfor: 1101.11 mg; Witamina D: 3.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3017.3 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 138.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.4 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; suma cukrów prostych: 22.46 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU,</b> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2060.65 kcal; Białko ogółem: 65.61 g; Tłuszcz: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 359.08 g; Wapń: 188.58 mg; Żelazo: 10.71 mg; Potas: 3966.02 mg; Sól: 14.27 g; Fosfor: 1071.54 mg; Witamina D: 3.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3004.16 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 108.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; suma cukrów prostych: 54.19 g;		
środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2472.59 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 353.12 g; Wapń: 945.8 mg; Żelazo: 11.09 mg; Potas: 4454.54 mg; Sól: 15.07 g; Fosfor: 1839.37 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3448.3 ug; Witamina B6: 3.07 mg; Witamina C: 102.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; suma cukrów prostych: 74.16 g;		
środa 2024-08-07		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Sos koperkowy. 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2102.36 kcal; Białko ogółem: 69.5 g; Tłuszcz: 46.08 g; Węglowodany ogółem: 359.09 g; Wapń: 189.8 mg; Żelazo: 10.78 mg; Potas: 4035.82 mg; Sól: 14.29 g; Fosfor: 1114.98 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3021.52 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 108.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; suma cukrów prostych: 54.2 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>czwartek 2024-08-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), pieczeń węd 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL,</b> ), rzodkiew 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa fasolowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlet mielony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy 25 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2658.37 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 90.66 g; Węglowodany ogółem: 362.76 g; Wapń: 726.03 mg; Żelazo: 14.66 mg; Potas: 3948.54 mg; Sól: 12.65 g; Fosfor: 1608.12 mg; Witamina D: 5.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1127.99 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 80.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; suma cukrów prostych: 66.07 g;		
<b>czwartek 2024-08-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), pieczeń węd 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL,</b> ), rzodkiew 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlet mielony DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Mizeria ze śmietaną DZ. 90 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Ptasie mleczko DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy DZ 20 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2234.16 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 77.9 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; Wapń: 832.82 mg; Żelazo: 11.03 mg; Potas: 3420.77 mg; Sól: 11.52 g; Fosfor: 1429.95 mg; Witamina D: 2.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1030.44 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 71.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.8 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; suma cukrów prostych: 79.78 g;		
<b>czwartek 2024-08-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		



**Jadłospisy dla oddziałów**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab pieczony w folii. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g ,
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2139.88 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 54.65 g; Węglowodany ogółem: 329.68 g; Wapń: 681.67 mg; Żelazo: 9.63 mg; Potas: 3578.32 mg; Sól: 14.95 g; Fosfor: 1353.89 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1857.86 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 95.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; suma cukrów prostych: 70.7 g;

**czwartek 2024-08-08****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ</b> ), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab pieczony w folii.DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sos jarzynowy DZ 60 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Ptasie mleczko DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 30 g ,
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1877.8 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 48.71 g; Węglowodany ogółem: 288.11 g; Wapń: 810.44 mg; Żelazo: 7.8 mg; Potas: 3281.75 mg; Sól: 13.03 g; Fosfor: 1266.44 mg; Witamina D: .92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1612.98 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 87.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; suma cukrów prostych: 84.26 g;

**czwartek 2024-08-08****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab pieczony w folii. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1693.88 kcal; Białko ogółem: 72.74 g; Tłuszcz: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Wapń: 202.36 mg; Żelazo: 8.97 mg; Potas: 2930.05 mg; Sól: 14.53 g; Fosfor: 970.51 mg; Witamina D: 2.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1615.86 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 91.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; suma cukrów prostych: 51.18 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. przysw, węglow, tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtusty 40 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1694.88 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; Wapń: 462.8 mg; Żelazo: 9.56 mg; Potas: 3424.89 mg; Sól: 14.78 g; Fosfor: 1166.65 mg; Witamina D: 2.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1645.7 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 106.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; suma cukrów prostych: 24.19 g;			
czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g ( <b>MLE,</b> ), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1823.35 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 268.61 g; Wapń: 551.28 mg; Żelazo: 11.78 mg; Potas: 3861.81 mg; Sól: 14.8 g; Fosfor: 1405.71 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1757.76 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 143.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.87 g; Błonnik pokarmowy: 35.76 g; suma cukrów prostych: 27.98 g;			
czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr. łatwo przysw. węglow. białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1740.2 kcal; Białko ogółem: 51.04 g; Tłuszcz: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 325.67 g; Wapń: 203.07 mg; Żelazo: 10.31 mg; Potas: 3935.55 mg; Sól: 20.47 g; Fosfor: 784.68 mg; Witamina D: 2.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1839.02 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 230.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.66 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; suma cukrów prostych: 28.39 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1737.95 kcal; Białko ogółem: 49.73 g; Tłuszcz: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Wapń: 190.33 mg; Żelazo: 9.32 mg; Potas: 3496.16 mg; Sól: 20.45 g; Fosfor: 755.11 mg; Witamina D: 2.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1825.88 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 200.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.53 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g; suma cukrów prostych: 58.12 g;		
czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2313.1 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 59.49 g; Węglowodany ogółem: 342.11 g; Wapń: 893.31 mg; Żelazo: 10.57 mg; Potas: 4096.14 mg; Sól: 15.21 g; Fosfor: 1628.64 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1886.45 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 111.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; suma cukrów prostych: 70.81 g;		
czwartek 2024-08-08		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab pieczony w folii. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1677.58 kcal; Białko ogółem: 60.47 g; Tłuszcz: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 287.78 g; Wapń: 152.74 mg; Żelazo: 8.05 mg; Potas: 2856.15 mg; Sól: 13.6 g; Fosfor: 804.18 mg; Witamina D: 2.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1572.27 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 169.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; suma cukrów prostych: 53.91 g;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>piątek 2024-08-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek świeży 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlecki z jajek 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew z groszkiem. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), paprykarz szczeciński 110 g , Twaróg ze śmietaną i ziel ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2677.44 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 96.94 g; Węglowodany ogółem: 373.82 g; Wapń: 866.27 mg; Żelazo: 11.68 mg; Potas: 3163.61 mg; Sól: 13.37 g; Fosfor: 1636.87 mg; Witamina D: 5.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3196.77 ug; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 73.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; suma cukrów prostych: 84.72 g;		
<b>piątek 2024-08-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), rogal maślany 1 szt , masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 40 g , ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ), ogórek świeży 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa górską DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlecki z jajek DZ 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew z groszkiem.DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), paprykarz szczeciński 110 g , Twaróg ze śmietaną i ziel ceb.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2173.93 kcal; Białko ogółem: 62.61 g; Tłuszcz: 71.3 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; Wapń: 701.15 mg; Żelazo: 7.88 mg; Potas: 2508.02 mg; Sól: 11.32 g; Fosfor: 1251.85 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2118.88 ug; Witamina B6: 1.42 mg; Witamina C: 66.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g; suma cukrów prostych: 86.48 g;		
<b>piątek 2024-08-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2348.84 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 376.4 g; Wapń: 744.75 mg; Żelazo: 12.01 mg; Potas: 4196.52 mg; Sól: 13.82 g; Fosfor: 1523.65 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1980.88 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 121.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; suma cukrów prostych: 91.91 g;		
<b>piątek 2024-08-09</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa górską DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny DZ 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1953.61 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; Wapń: 575.69 mg; Żelazo: 9.32 mg; Potas: 3366.35 mg; Sól: 11.76 g; Fosfor: 1178.39 mg; Witamina D: 1.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1503.72 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 104.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; suma cukrów prostych: 92.19 g;		
<b>piątek 2024-08-09</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1971.37 kcal; Białko ogółem: 77.02 g; Tłuszcz: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; Wapń: 295.13 mg; Żelazo: 11.34 mg; Potas: 3584.24 mg; Sól: 13.42 g; Fosfor: 1175.65 mg; Witamina D: 2.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1767.85 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 117.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.62 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 75.76 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-08-09		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> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i> ), Klops rybny. 80 g ( <i>GLU, SKO,</i> <i>JAJ, RYB, MLE, MIE,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <i>JAJ,</i> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1887.77 kcal; Białko ogółem: 83.9 g; Tłuszcz: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; Wapń: 549.05 mg; Żelazo: 11.78 mg; Potas: 4047.54 mg; Sól: 13.67 g; Fosfor: 1365.79 mg; Witamina D: 2.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1797.19 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 126.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; suma cukrów prostych: 29.22 g;			
piątek 2024-08-09		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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <i>MLE,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i> ), Klops rybny. 80 g ( <i>GLU, SKO,</i> <i>JAJ, RYB, MLE, MIE,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g ( <i>MLE,</i> ), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL,</i> <i>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,</i> <i>MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <i>JAJ, MLE,</i> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1946.75 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 298.27 g; Wapń: 630.07 mg; Żelazo: 14.03 mg; Potas: 4471.31 mg; Sól: 13.8 g; Fosfor: 1582.76 mg; Witamina D: 3.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3282.45 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 129.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.51 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; suma cukrów prostych: 33.01 g;			
piątek 2024-08-09		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> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i> ), Klops rybny- nerkowa. 60 g ( <i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL,</i> <i>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> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <i>JAJ,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 40 g ( <i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1892.6 kcal; Białko ogółem: 64.25 g; Tłuszcz: 46.01 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; Wapń: 293.79 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 3779.05 mg; Sól: 13.37 g; Fosfor: 1086.52 mg; Witamina D: 3.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1892.99 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 142.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.77 g; Błonnik pokarmowy: 40 g; suma cukrów prostych: 26.51 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-08-09		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1974.95 kcal; Białko ogółem: 63.09 g; Tłuszcz: 44.8 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; Wapń: 287.57 mg; Żelazo: 10.81 mg; Potas: 3371.2 mg; Sól: 13.36 g; Fosfor: 1062.95 mg; Witamina D: 3.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1880.35 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 117.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 75.79 g;			
piątek 2024-08-09		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2548.02 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 399.18 g; Wapń: 952.63 mg; Żelazo: 12.7 mg; Potas: 4496.69 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1700.01 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2033.04 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 136.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; suma cukrów prostych: 92.1 g;			
piątek 2024-08-09		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2064.56 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 46.43 g; Węglowodany ogółem: 334.84 g; Wapń: 251.74 mg; Żelazo: 11.52 mg; Potas: 3802 mg; Sól: 13.49 g; Fosfor: 1234.93 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1861.92 ug; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 117.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; suma cukrów prostych: 74.19 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g , pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drob.z oczkiem . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą. 120 g ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), ogórek świeży 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2604.67 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; Wapń: 1239.45 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 3778.8 mg; Sól: 14.12 g; Fosfor: 1683.69 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1326.23 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 106.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; suma cukrów prostych: 63.51 g;		
<b>sobota 2024-08-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g , pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą DZ. 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok kubuś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), ogórek świeży 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2285.39 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 81.04 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; Wapń: 1149.52 mg; Żelazo: 9.85 mg; Potas: 3580.86 mg; Sól: 12.56 g; Fosfor: 1439.12 mg; Witamina D: 1.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2811.62 ug; Witamina B6: 2.08 mg; Witamina C: 104.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 76.62 g;		
<b>sobota 2024-08-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drob.z oczkiem . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2331.46 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 63.26 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; Wapń: 895.35 mg; Żelazo: 13.6 mg; Potas: 4308.71 mg; Sól: 14.78 g; Fosfor: 1627.97 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1150.22 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 109.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; suma cukrów prostych: 74.69 g;

**sobota 2024-08-10****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,**), pomidory 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,**), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Sos pomidorowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),  
**Podwieczorek:**  
sok kubaś 300 ml ,

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

**Posiłek nocny:**

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2016.07 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 310.87 g; Wapń: 798.13 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3991.1 mg; Sól: 12.93 g; Fosfor: 1350.44 mg; Witamina D: 1.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2643.5 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 106.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; suma cukrów prostych: 85.32 g;

**sobota 2024-08-10****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Zupa grysikowa 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 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 koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

**Posiłek nocny:**

chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1877.2 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Wapń: 457.57 mg; Żelazo: 12.23 mg; Potas: 3660.17 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 1214.13 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 915.82 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 104.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.9 g; suma cukrów prostych: 58.99 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-08-10		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> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), ser żółty twardy 30 g ( <i>MLE,</i> ),	Zupa grysikowa 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 pomidorowy 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1955.38 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 303.27 g; Wapń: 763.8 mg; Żelazo: 13.16 mg; Potas: 3965.04 mg; Sól: 15.24 g; Fosfor: 1441.48 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1013 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 106.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; suma cukrów prostych: 32.22 g;			
sobota 2024-08-10		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> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), ser żółty twardy 30 g ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 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 pomidorowy 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą. 120 g ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Sałatka z pomidora-dodatek do drugiego dania. 80 g ( <i>MLE,</i> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt naturalny 100 ml ( <i>MLE,</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2031.9 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węglowodany ogółem: 284.63 g; Wapń: 719.82 mg; Żelazo: 14.07 mg; Potas: 3958.99 mg; Sól: 14.95 g; Fosfor: 1613.98 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1345.96 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 123.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 38 g; suma cukrów prostych: 21.97 g;			
sobota 2024-08-10		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> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> 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> ), Rolada dr. z oczkiem- nerkowa. 50 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Galaretką jarską. 150 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1726.45 kcal; Białko ogółem: 55.53 g; Tłuszcz: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 306.28 g; Wapń: 240.55 mg; Żelazo: 12.12 mg; Potas: 3789.03 mg; Sól: 13.35 g; Fosfor: 805.45 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1584.08 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 223.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.21 g; suma cukrów prostych: 33.96 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-08-10		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada dr. z oczkiem- nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretka jarska. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1733.2 kcal; Białko ogółem: 55.72 g; Tłuszcz: 34.1 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; Wapń: 272.81 mg; Żelazo: 12.03 mg; Potas: 3823.64 mg; Sól: 13.54 g; Fosfor: 820.88 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3364.94 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 129.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; suma cukrów prostych: 81.39 g;			
sobota 2024-08-10		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drob.z oczkiem .( 2.00 porcje ) 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2558.27 kcal; Białko ogółem: 124.9 g; Tłuszcz: 68.28 g; Węglowodany ogółem: 364.21 g; Wapń: 1107.06 mg; Żelazo: 15.14 mg; Potas: 4924.2 mg; Sól: 15.8 g; Fosfor: 1991.19 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1210.37 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 123.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; suma cukrów prostych: 74.86 g;			
sobota 2024-08-10		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drob.z oczkiem . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretka jarska. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g , sok kubuś 300 ml ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2052.97 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 46.34 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; Wapń: 294.33 mg; Żelazo: 13.7 mg; Potas: 4125.29 mg; Sól: 14.61 g; Fosfor: 1057.88 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3526.7 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 125.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; suma cukrów prostych: 77.47 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-08-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), rzodkiew 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlet schabowy. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka wielowarzywna. 150 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2293.71 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; Wapń: 668.49 mg; Żelazo: 10.75 mg; Potas: 3317.65 mg; Sól: 15.11 g; Fosfor: 1213.32 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1284.08 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 121.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 70.33 g;		
<b>niedziela 2024-08-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), rzodkiew 40 g ,	Rosół z makaronem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kotlet schabowy DZ. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka wielowarzywna DZ 100 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1905.74 kcal; Białko ogółem: 67.47 g; Tłuszcz: 65.9 g; Węglowodany ogółem: 262.97 g; Wapń: 806.87 mg; Żelazo: 8.4 mg; Potas: 3000.61 mg; Sól: 13.44 g; Fosfor: 1109.82 mg; Witamina D: .97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1092.31 ug; Witamina B6: 1.67 mg; Witamina C: 110.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; Błonnik pokarmowy: 19.1 g; suma cukrów prostych: 67.99 g;		
<b>niedziela 2024-08-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2153.85 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 68.19 g; Węglowodany ogółem: 295.5 g; Wapń: 623.68 mg; Żelazo: 9.87 mg; Potas: 3688.04 mg; Sól: 15.26 g; Fosfor: 1395.16 mg; Witamina D: 4.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1230.19 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 101.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; suma cukrów prostych: 68.93 g;

**niedziela 2024-08-11****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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  
, Kawa z mlekiem w proszku 250 ml  
(**GLU, MLE,**),

Rosół z makaronem DZ 200 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  
pomidora DZ. 80 g (**MLE,**), Kompot z  
mieszanki kompotowej 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,**), sałata  
zielona 15 g ,  
**Posiłek nocny:**  
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),  
masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g  
(**MLE,**), kiełb szynkowa wp 30 g  
(**SOJ,**), pomidory 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1852.76 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 61.08 g; Węglowodany ogółem: 249.3 g; Wapń: 765.12 mg; Żelazo: 7.96 mg; Potas: 3331.93 mg; Sól: 13.77 g; Fosfor: 1287.74 mg; Witamina D: 1.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1028.37 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 98.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; suma cukrów prostych: 66.74 g;

**niedziela 2024-08-11****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  
,

Rosół 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 pomidora  
b/śmietany. 130 g , Kompot z  
mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU,**  
**SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL,**  
**GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU,**  
**JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10  
g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**),  
zielony koperek 1 g , sałata zielona  
15 g ,  
**Posiłek nocny:**  
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**),  
margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**),  
kiełb szynkowa wp 40 g (**SOJ,**),  
pomidory 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1813.03 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 274.86 g; Wapń: 207.6 mg; Żelazo: 9.21 mg; Potas: 3099.84 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1132.18 mg; Witamina D: 3.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1050.83 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 97.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; suma cukrów prostych: 48.92 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-08-11		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 sop.wp 50 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), twaróg półtłusty 60 g ( <i>MLE,</i> ), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1817.68 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 46.42 g; Węglowodany ogółem: 263.4 g; Wapń: 468.33 mg; Żelazo: 9.82 mg; Potas: 3604.46 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1328.98 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1080.96 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 113.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 22.15 g;			
niedziela 2024-08-11		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <i>GLU, MLE,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 50 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka wielowarzywna. 150 g ( <i>GOR,</i> ), brokuły z wody II jarzyna 80 g ( <i>GLU, SOJ, MLE,</i> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <i>SOJ, MLE,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <i>SOJ,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2229.44 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 80.6 g; Węglowodany ogółem: 280.44 g; Wapń: 955.88 mg; Żelazo: 13 mg; Potas: 4596.37 mg; Sól: 15.69 g; Fosfor: 1822.57 mg; Witamina D: 4.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1656.45 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 202.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.3 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; suma cukrów prostych: 38.51 g;			
niedziela 2024-08-11		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 50 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2055.89 kcal; Białko ogółem: 56.16 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 326.5 g; Wapń: 204.64 mg; Żelazo: 10.86 mg; Potas: 3624.05 mg; Sól: 13.39 g; Fosfor: 1044.19 mg; Witamina D: 2.61 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1704 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 218.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.14 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; suma cukrów prostych: 23.06 g;			



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-08-11		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2049.99 kcal; Białko ogółem: 54.82 g; Tłuszcz: 60.93 g; Węglowodany ogółem: 325.78 g; Wapń: 191.61 mg; Żelazo: 9.85 mg; Potas: 3174.88 mg; Sól: 13.37 g; Fosfor: 1013.96 mg; Witamina D: 2.61 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1690.57 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 187.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; suma cukrów prostych: 52.57 g;		
niedziela 2024-08-11		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany.( 2.00 porcje ) 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2487.35 kcal; Białko ogółem: 121.3 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Wapń: 847.13 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 4458.9 mg; Sól: 16.37 g; Fosfor: 1838.8 mg; Witamina D: 5.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1421.53 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 120.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.7 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; suma cukrów prostych: 69.45 g;		
niedziela 2024-08-11		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 160 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1823.14 kcal; Białko ogółem: 72.35 g; Tłuszcz: 50.46 g; Węglowodany ogółem: 272.11 g; Wapń: 151.2 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3029.11 mg; Sól: 14.2 g; Fosfor: 995.96 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1136.68 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 97.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; suma cukrów prostych: 47.03 g;		