

**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>poniedziałek 2024-09-09</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> ), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g , pomidory 50 g , Makaron 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> ), Fasolka po bretońsku. 300 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 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 sera topionego , kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g ( <b>JAJ, 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2717.4 kcal; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 98.48 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; Wapń: 800.07 mg; Żelazo: 15.21 mg; Potas: 4007.62 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 1608.27 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1062.51 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 79.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; suma cukrów prostych: 67.38 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-09</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> ), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g , pomidory 40 g , Makaron 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> ), Fasolka po bretońsku DZ 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku w proszku 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> ), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g ( <b>JAJ, 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2452.45 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 94.5 g; Węglowodany ogółem: 323.69 g; Wapń: 1008.05 mg; Żelazo: 12.11 mg; Potas: 3658.5 mg; Sól: 12.61 g; Fosfor: 1579.14 mg; Witamina D: 1.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 879.6 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 71.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; suma cukrów prostych: 84.11 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09		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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g, Makaron 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> ), 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, Sałatka z selera i marchwi. 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2264.61 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; Wapń: 707.44 mg; Żelazo: 10.38 mg; Potas: 3979.06 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1554.22 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1918.66 ug; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 86.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; suma cukrów prostych: 70.53 g;			
poniedziałek 2024-09-09		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> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g, Makaron 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> ), Klopsik drobiowy DZ. 60 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, sałatka z selera i marchwi DZ. 100 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z jabłek. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku w proszku 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> ), 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: 2020.49 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 298.49 g; Wapń: 873.62 mg; Żelazo: 8.23 mg; Potas: 3588.61 mg; Sól: 12.66 g; Fosfor: 1454.97 mg; Witamina D: 1.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1358.1 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 75.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.5 g; suma cukrów prostych: 85.29 g;			
poniedziałek 2024-09-09		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,	Krupnik. 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, Sałatka z selera i marchwi. 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> ), 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> ), twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g, pomidory 40 g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1768.11 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; Tłuszcz: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 297.6 g; Wapń: 228.65 mg; Żelazo: 9.4 mg; Potas: 3303.33 mg; Sól: 14.05 g; Fosfor: 1165.64 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1651.66 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 82.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; suma cukrów prostych: 53.15 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. przysw. węglow. tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 50 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Klopsik drobiowy. 80 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 selera i marchwi. 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> ), 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> ), twaróg półtłusty 40 g ( <i>MLE,</i> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1761.01 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 283.25 g; Wapń: 489.07 mg; Żelazo: 9.99 mg; Potas: 3798.13 mg; Sól: 14.29 g; Fosfor: 1361.78 mg; Witamina D: 2.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1681.5 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 97.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; suma cukrów prostych: 24.16 g;			
poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), połędwica sop.wp 50 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Klopsik drobiowy. 80 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 , Surówka z selera i marchwi. 150 g ( <i>MLE,</i> ), Brukselka z wody II jarzyna. 80 g ( <i>GLU, SOJ, 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> ), 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <i>MLE,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1922.49 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 275.5 g; Wapń: 568.05 mg; Żelazo: 11.97 mg; Potas: 4036.41 mg; Sól: 14.32 g; Fosfor: 1581 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1865.21 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 97.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; suma cukrów prostych: 27.5 g;			
poniedziałek 2024-09-09		Jadłospis dla diety: D6 Z ograni. przysw. węglow. białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), 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> ),	Krupnik. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 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 selera i marchwi. 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> ), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <i>MLE,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1960.59 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 46.61 g; Węglowodany ogółem: 330.84 g; Wapń: 278.96 mg; Żelazo: 11.97 mg; Potas: 4387.34 mg; Sól: 21.99 g; Fosfor: 1130.08 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2075.35 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 144.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.99 g; suma cukrów prostych: 25.93 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-09		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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g	Krupnik. 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 , Sałatka z selera i marchwi. 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> ), 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> 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: 1966.44 kcal; Białko ogółem: 63.53 g; Tłuszcz: 45.3 g; Węglowodany ogółem: 333.01 g; Wapń: 266.24 mg; Żelazo: 10.98 mg; Potas: 3947.99 mg; Sól: 21.97 g; Fosfor: 1100.51 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2062.21 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 114.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; suma cukrów prostych: 57.66 g;		
poniedziałek 2024-09-09		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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron 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> ), Klopsik drobiowy.( 2.00 porcje ) 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 , Sałatka z selera i marchwi. 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2501.02 kcal; Białko ogółem: 121.19 g; Tłuszcz: 62.19 g; Węglowodany ogółem: 368.66 g; Wapń: 922.04 mg; Żelazo: 11.46 mg; Potas: 4601.57 mg; Sól: 15.53 g; Fosfor: 1926.41 mg; Witamina D: 3.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1986.15 ug; Witamina B6: 3.38 mg; Witamina C: 103.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; suma cukrów prostych: 70.77 g;		
poniedziałek 2024-09-09		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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g	Krupnik. 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 , Sałatka z selera i marchwi. 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> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1724.81 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 298.91 g; Wapń: 179.02 mg; Żelazo: 8.48 mg; Potas: 3229.44 mg; Sól: 13.12 g; Fosfor: 999.31 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1608.07 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 159.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.1 g; suma cukrów prostych: 55.89 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-10</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> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), rzodkiew 50 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Żurek z ziemniakami i kielbasą 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Surówka wielowarzywna. 150 g ( <b>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 twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g ( <b>RYB, 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2592.27 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 90.98 g; Węglowodany ogółem: 363.74 g; Wapń: 797.24 mg; Żelazo: 13.48 mg; Potas: 3775.72 mg; Sól: 15.74 g; Fosfor: 1690.23 mg; Witamina D: 5.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1457.99 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 118.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; suma cukrów prostych: 69.26 g;		
<b>wtorek 2024-09-10</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> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), rzodkiew 40 g, Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Żurek z ziemniakami kielbasą 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> ), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Surówka wielowarzywna DZ 100 g ( <b>GOR,</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> ), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g ( <b>RYB, 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> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2038.04 kcal; Białko ogółem: 72.74 g; Tłuszcz: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 275.64 g; Wapń: 630.62 mg; Żelazo: 10.24 mg; Potas: 2735.74 mg; Sól: 12.92 g; Fosfor: 1288.84 mg; Witamina D: 2.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1093.61 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 82.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g; suma cukrów prostych: 62.89 g;		
<b>wtorek 2024-09-10</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> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Żurek z ziemniakami 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), 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> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2478.33 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; Wapń: 716.9 mg; Żelazo: 13.04 mg; Potas: 3831.56 mg; Sól: 14.87 g; Fosfor: 1608.84 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1193.39 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 82.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; suma cukrów prostych: 75.76 g;</p>		
<b>wtorek 2024-09-10</b>		<b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b>
<p>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>), kielb szynkowa wp 40 g (<b>SOJ,</b>), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (<b>MLE,</b>),</p>	<p>Żurek z ziemniakami 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>), Kasza jęczmienna na sypko DZ 120 g (<b>GLU, ORZ,</b>), Buraczki zasmażane 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>),</p>	<p>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 ze śmietana i zieloną pietruszką 50 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>), szynka got. wieprz. 30 g (<b>SOJ, ORZ, GOR,</b>), pomidory 30 g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1923.83 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 62.41 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; Wapń: 567.56 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 2737.64 mg; Sól: 11.99 g; Fosfor: 1211.91 mg; Witamina D: 1.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.2 ug; Witamina B6: 1.6 mg; Witamina C: 59.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; suma cukrów prostych: 67.66 g;</p>		
<b>wtorek 2024-09-10</b>		<b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b>
<p>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>), kielb szynkowa wp 50 g (<b>SOJ,</b>), pomidory 50 g ,</p>	<p>Żurek z ziemniakami 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>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<b>GLU, ORZ,</b>), Buraczki zasmażane. 150 g (<b>GLU,</b>), Kompot z jabłek. 200 ml (<b>GLU, SEL, GOR,</b>),</p>	<p>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>), twaróg półtłusty 60 g (<b>MLE,</b>), zielona pietruszka 1 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>), szynka got. wieprz. 40 g (<b>SOJ, ORZ, GOR,</b>), pomidory 40 g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2035.14 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 47.3 g; Węglowodany ogółem: 328.62 g; Wapń: 252.22 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 3151.07 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1175.7 mg; Witamina D: 2.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 925.79 ug; Witamina B6: 2.08 mg; Witamina C: 78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; suma cukrów prostych: 58.92 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-10		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. przysw. węglow. tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), kielb szynkowa wp 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> ),	Żurek z ziemniakami 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g ( <i>GLU,</i> ), Sos pietruszkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Buraczki zasmażane. 150 g ( <i>GLU,</i> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <i>MLE,</i> ), twaróg półtłusty 60 g ( <i>MLE,</i> ), zielona pietruszka 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1943.69 kcal; Białko ogółem: 85.3 g; Tłuszcz: 39.5 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Wapń: 517.36 mg; Żelazo: 12.03 mg; Potas: 3668.63 mg; Sól: 14.6 g; Fosfor: 1351.03 mg; Witamina D: 2.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 973.84 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 102.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; suma cukrów prostych: 32.19 g;			
wtorek 2024-09-10		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), kielb szynkowa wp 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> ),	Żurek z ziemniakami 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 pietruszkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Surówka wielowarzywna. 150 g ( <i>GOR,</i> ), Buraczki z wody jako II 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> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</i> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2153.59 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; Wapń: 656.13 mg; Żelazo: 13.58 mg; Potas: 4069.38 mg; Sól: 14.79 g; Fosfor: 1619.34 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1510.59 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 149.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.29 g; suma cukrów prostych: 34.57 g;			
wtorek 2024-09-10		Jadłospis dla diety: D6 Z ograni. przysw. węglow. białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), kielb szynkowa wp 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> ),	Żurek z ziemniakami 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), roladka faszerowana jarzynami-nerkowa. 60 g ( <i>GLU,</i> ), Sos pietruszkowy. 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <i>GLU, ORZ,</i> ), Buraczki zasmażane. 150 g ( <i>GLU, MLE,</i> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g ( <i>MLE,</i> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2134.6 kcal; Białko ogółem: 60.14 g; Tłuszcz: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; Wapń: 222.3 mg; Żelazo: 12.41 mg; Potas: 4452.21 mg; Sól: 12.66 g; Fosfor: 1002.75 mg; Witamina D: 2.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1234.19 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 230.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.94 g; suma cukrów prostych: 33.4 g;			



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-09-10		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> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Żurek z ziemniakami 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), 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: 2138.73 kcal; Białko ogółem: 58.69 g; Tłuszcz: 49.14 g; Węglowodany ogółem: 373.01 g; Wapń: 199.89 mg; Żelazo: 11.44 mg; Potas: 3942.03 mg; Sól: 12.71 g; Fosfor: 971.86 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1058.69 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 190.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; suma cukrów prostych: 62.71 g;		
wtorek 2024-09-10		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> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE,</b> ),	Żurek z ziemniakami 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 pietruszkowy. 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, 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 ze śmietaną i zieloną 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2715.93 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 82.06 g; Węglowodany ogółem: 383.22 g; Wapń: 976.15 mg; Żelazo: 13.72 mg; Potas: 4579.94 mg; Sól: 15.12 g; Fosfor: 1973.34 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1530.81 ug; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 111.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; suma cukrów prostych: 78.38 g;		
wtorek 2024-09-10		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> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g ,	Żurek z ziemniakami 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> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), 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> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2333.21 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 372.03 g; Wapń: 219.08 mg; Żelazo: 12.89 mg; Potas: 4204.89 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1184.37 mg; Witamina D: 3.93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1351.67 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 111.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; suma cukrów prostych: 59.16 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE, ), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ, ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE, ), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 40 g	Zupa selerowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE, ), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g (MLE, ),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ, ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE, ), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE, ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ, ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1791.69 kcal; Białko ogółem: 75.48 g; Tłuszcz: 48.06 g; Węglowodany ogółem: 268.65 g; Wapń: 845.17 mg; Żelazo: 7.73 mg; Potas: 3494.67 mg; Sól: 12.69 g; Fosfor: 1324.18 mg; Witamina D: .68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2428.93 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 87.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; suma cukrów prostych: 71.76 g;			
środa 2024-09-11		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, ), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE, ), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE, ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1726.61 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 297.3 g; Wapń: 244.52 mg; Żelazo: 9.12 mg; Potas: 3247.43 mg; Sól: 14.26 g; Fosfor: 1092.63 mg; Witamina D: 2.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3122.05 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 79.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; suma cukrów prostych: 52.43 g;			
środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (MLE, ),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE, ), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE, ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1727.61 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 31.7 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; Wapń: 504.96 mg; Żelazo: 9.71 mg; Potas: 3742.27 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1288.77 mg; Witamina D: 2.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3151.89 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 93.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.5 g; suma cukrów prostych: 25.44 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE, ), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml (MLE, ),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE, ), Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania. 80 g (MLE, ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE, ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2022.96 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 56.7 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; Wapń: 997.43 mg; Żelazo: 12.13 mg; Potas: 4609.46 mg; Sól: 14.84 g; Fosfor: 1807.25 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3424.36 ug; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 104.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g; suma cukrów prostych: 43.71 g;			
środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE, ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1890.34 kcal; Białko ogółem: 65.67 g; Tłuszcz: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; Wapń: 233.22 mg; Żelazo: 10.45 mg; Potas: 3686.13 mg; Sól: 16.11 g; Fosfor: 1016.78 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3608.05 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 113.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; suma cukrów prostych: 22.57 g;			
środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE, ), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1888.09 kcal; Białko ogółem: 64.36 g; Tłuszcz: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; Wapń: 220.48 mg; Żelazo: 9.46 mg; Potas: 3246.74 mg; Sól: 16.09 g; Fosfor: 987.21 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3594.91 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 83.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; suma cukrów prostych: 52.3 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE, ), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), jogurt truskawkowy 150 g (MLE, ),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60 g (MLE, ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2283.09 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; Wapń: 929.7 mg; Żelazo: 10.36 mg; Potas: 4479.1 mg; Sól: 15.56 g; Fosfor: 1780.55 mg; Witamina D: 3.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3437.6 ug; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 99.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; suma cukrów prostych: 75.06 g;		
środa 2024-09-11		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, ), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ, ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE, ), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR, ),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR, ), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ, ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ, ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE, ), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ, ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1900.81 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; Wapń: 209.38 mg; Żelazo: 9.52 mg; Potas: 3301.94 mg; Sól: 16.1 g; Fosfor: 1021.81 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3593.49 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 83.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; suma cukrów prostych: 51.81 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2351.54 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; Wapń: 658.86 mg; Żelazo: 11.17 mg; Potas: 3494.43 mg; Sól: 16.26 g; Fosfor: 1291.79 mg; Witamina D: 4.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1889.58 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 98.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; suma cukrów prostych: 70.37 g;</p>		
<p><b>czwartek 2024-09-12</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span></p>		
<p>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 , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (<b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>	<p>Zupa grysikowa 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> biszkopty 20 g (<b>GLU, JAJ, SOJ,</b>),</p>	<p>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>), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (<b>MLE,</b>), pomidory 30 g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1936.47 kcal; Białko ogółem: 66.8 g; Tłuszcz: 63.38 g; Węglowodany ogółem: 276.1 g; Wapń: 544.89 mg; Żelazo: 8.93 mg; Potas: 2911.55 mg; Sól: 13.55 g; Fosfor: 1041.93 mg; Witamina D: 1.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1626.96 ug; Witamina B6: 1.9 mg; Witamina C: 88.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; suma cukrów prostych: 73.09 g;</p>		
<p><b>czwartek 2024-09-12</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</b></span></p>		
<p>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 ,</p>	<p>Zupa grysikowa 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>),</p>	<p>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>), twaróg półtłusty 40 g (<b>MLE,</b>), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1681.11 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 282.34 g; Wapń: 201.67 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 2980.75 mg; Sól: 13.38 g; Fosfor: 1026.28 mg; Witamina D: 2.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1594.71 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 90.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; suma cukrów prostych: 50.42 g;</p>		
<p><b>czwartek 2024-09-12</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i</b></span></p>		
<p>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>), kielbasa żywiecka dr 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>),</p>	<p>Zupa grysikowa 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>), jogurt naturalny 150 ml (<b>MLE,</b>),</p>	<p>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>), twaróg półtłusty 40 g (<b>MLE,</b>), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1682.11 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 269.99 g; Wapń: 462.11 mg; Żelazo: 9.76 mg; Potas: 3475.59 mg; Sól: 13.63 g; Fosfor: 1222.42 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1624.55 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 105.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 23.43 g;</p>		



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-12		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. 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> ), kielbasa żywiecka dr 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 grysikowa 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 , Ćwikła. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2038.7 kcal; Białko ogółem: 78.75 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 277.22 g; Wapń: 572.99 mg; Żelazo: 14.61 mg; Potas: 4014.4 mg; Sól: 16.14 g; Fosfor: 1344.24 mg; Witamina D: 4.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1768.95 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 130.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g; suma cukrów prostych: 33.38 g;			
czwartek 2024-09-12		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> ), kielbasa żywiecka dr 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 grysikowa 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> ), Makaron z jabłkami b/c. 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2015.95 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz: 45.93 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; Wapń: 233.75 mg; Żelazo: 10.92 mg; Potas: 3347.95 mg; Sól: 13.32 g; Fosfor: 920.55 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1802.34 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 134.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; suma cukrów prostych: 25.7 g;			
czwartek 2024-09-12		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> ), 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> ), 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2026.65 kcal; Białko ogółem: 61.62 g; Tłuszcz: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; Wapń: 220.48 mg; Żelazo: 9.88 mg; Potas: 2889.1 mg; Sól: 13.3 g; Fosfor: 889.67 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1788.62 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 103.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; suma cukrów prostych: 59.96 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-09-12		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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa grysikowa 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> ), 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2524.76 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 82.59 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; Wapń: 870.5 mg; Żelazo: 12.11 mg; Potas: 4012.25 mg; Sól: 16.53 g; Fosfor: 1566.54 mg; Witamina D: 4.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1918.17 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 113.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; suma cukrów prostych: 70.48 g;			
czwartek 2024-09-12		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> ), 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> ), Parówka na gorąco. 100 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, 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: 1886.7 kcal; Białko ogółem: 56.9 g; Tłuszcz: 55.88 g; Węglowodany ogółem: 289.72 g; Wapń: 157.4 mg; Żelazo: 9.24 mg; Potas: 2797.51 mg; Sól: 14.9 g; Fosfor: 761.67 mg; Witamina D: 3.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1575.99 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 171.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g; suma cukrów prostych: 55.06 g;			



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
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 , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa górską DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet 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> 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> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek 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 ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2257.61 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 359.55 g; Wapń: 809.88 mg; Żelazo: 7.99 mg; Potas: 3278.25 mg; Sól: 11.76 g; Fosfor: 1285.44 mg; Witamina D: 1.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1213.55 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 86.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; suma cukrów prostych: 97.95 g;			
piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet 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 z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek 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 ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2061.73 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 355.4 g; Wapń: 246.91 mg; Żelazo: 9.25 mg; Potas: 3062.44 mg; Sól: 13.33 g; Fosfor: 1010.04 mg; Witamina D: 2.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1501.91 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 97.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g; suma cukrów prostych: 72.67 g;			
piątek 2024-09-13		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> ), twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa górską 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet 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 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> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek 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 ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1899.13 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 313.95 g; Wapń: 516.83 mg; Żelazo: 10.99 mg; Potas: 3662.74 mg; Sól: 14.71 g; Fosfor: 1300.18 mg; Witamina D: 2.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1531.25 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 107.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; suma cukrów prostych: 26.73 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g ( <i>MLE,</i> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <i>MLE,</i> ),	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Pulpet rybny 80 g ( <i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, 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, GOR,</i> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb graham 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</i> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <i>SOJ, ORZ, GOR,</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 ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1994.11 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 49.58 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; Wapń: 623.34 mg; Żelazo: 13.24 mg; Potas: 4116.52 mg; Sól: 14.86 g; Fosfor: 1535.45 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3018.9 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 109.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.57 g; Błonnik pokarmowy: 43.31 g; suma cukrów prostych: 31.36 g;			
piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), twaróg półtłusty 50 g ( <i>MLE,</i> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> ),	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g ( <i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Sałatka z makaronu z olejem-nerkowa. 120 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, 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: 1870.36 kcal; Białko ogółem: 55.12 g; Tłuszcz: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; Wapń: 247.48 mg; Żelazo: 9.65 mg; Potas: 3303.31 mg; Sól: 12.09 g; Fosfor: 886.57 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1474.47 ug; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 202.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.2 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; suma cukrów prostych: 38.02 g;			
piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <i>MLE,</i> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i> ), Pulpet rybny- nerkowa. 60 g ( <i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i> ), Sos grecki 30 ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <i>GLU, SEL, GOR,</i> ), chleb pszenny 100 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ,</i> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <i>MLE,</i> ), Sałatka z makaronu z olejem-nerkowa. 120 g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, 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: 1991.21 kcal; Białko ogółem: 55.36 g; Tłuszcz: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 357.74 g; Wapń: 225.16 mg; Żelazo: 7.51 mg; Potas: 2758.26 mg; Sól: 10.94 g; Fosfor: 763 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1461.83 ug; Witamina B6: 1.69 mg; Witamina C: 177.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; suma cukrów prostych: 76.72 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
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 , Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml ( <b>MLE</b> ),	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Pulpet rybny( 2.00 porcje ) 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 ( <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 z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, 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 ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2673.18 kcal; Białko ogółem: 109.4 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 419.09 g; Wapń: 927.95 mg; Żelazo: 10.59 mg; Potas: 4003.4 mg; Sól: 14.67 g; Fosfor: 1565.34 mg; Witamina D: 4.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1769.49 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 117.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; suma cukrów prostych: 89.88 g;		
piątek 2024-09-13		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
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 , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa góraska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Pulpet 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 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, 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 ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2154.67 kcal; Białko ogółem: 85.3 g; Tłuszcz: 47.43 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; Wapń: 202.18 mg; Żelazo: 9.41 mg; Potas: 3276.94 mg; Sól: 13.4 g; Fosfor: 1068.95 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1590.21 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 96.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; suma cukrów prostych: 71.1 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>sobota 2024-09-14</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> ), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g , chrzan tarty 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kielbasa w sosie chrzanowym 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , 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> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy 25 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2760.77 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 119.93 g; Węglowodany ogółem: 345.3 g; Wapń: 674.05 mg; Żelazo: 11.65 mg; Potas: 3564.1 mg; Sól: 16.98 g; Fosfor: 1354.7 mg; Witamina D: 4.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1105.33 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 147.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g; suma cukrów prostych: 67.55 g;		
<b>sobota 2024-09-14</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> ), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g , chrzan tarty 10 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kielbasa w sosie chrzanowym DZ 90 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , 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> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy DZ 20 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , kielb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</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> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2274.18 kcal; Białko ogółem: 77.12 g; Tłuszcz: 96.18 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; Wapń: 536.68 mg; Żelazo: 9.25 mg; Potas: 2923.21 mg; Sól: 14.77 g; Fosfor: 1072.23 mg; Witamina D: 1.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 960.97 ug; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 120.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.97 g; suma cukrów prostych: 72.43 g;		
<b>sobota 2024-09-14</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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE</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> ), 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR</b> ), pomidory 40 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2296.93 kcal; Białko ogółem: 82.8 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; Wapń: 676.91 mg; Żelazo: 11.7 mg; Potas: 3710.67 mg; Sól: 14.43 g; Fosfor: 1307.52 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1268.59 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 88.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; suma cukrów prostych: 72.93 g;

sobota 2024-09-14

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> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60 g ( <b>GLU, MLE</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> 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> ), 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> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR</b> ), pomidory 30 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1878.71 kcal; Białko ogółem: 64.51 g; Tłuszcz: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 286.08 g; Wapń: 531.72 mg; Żelazo: 8.95 mg; Potas: 3009.4 mg; Sól: 12.76 g; Fosfor: 1027.75 mg; Witamina D: 1.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.46 ug; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 78.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g; suma cukrów prostych: 76.34 g;

sobota 2024-09-14

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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU</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> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ), zielony koperek 1 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR</b> ), pomidory 40 g ,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1733.14 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 294.51 g; Wapń: 280.01 mg; Żelazo: 10.49 mg; Potas: 3098.05 mg; Sól: 13.42 g; Fosfor: 1014.79 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1016.35 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; suma cukrów prostych: 58.69 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-14		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> ), połudwica 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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</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> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielony koperek 1 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1734.14 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 282.16 g; Wapń: 540.45 mg; Żelazo: 11.08 mg; Potas: 3592.89 mg; Sól: 13.67 g; Fosfor: 1210.93 mg; Witamina D: 2.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1046.19 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.2 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; suma cukrów prostych: 31.7 g;			
sobota 2024-09-14		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. 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> ), połudwica 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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	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> ), 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1917.51 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz: 61.54 g; Węglowodany ogółem: 270.1 g; Wapń: 561.47 mg; Żelazo: 12.88 mg; Potas: 3906.36 mg; Sól: 14.19 g; Fosfor: 1347.12 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1166.44 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 155.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g; suma cukrów prostych: 29.8 g;			
sobota 2024-09-14		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> ), połudwica 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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, MLE,</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> ), Galaretką 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1869.8 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz: 49.37 g; Węglowodany ogółem: 300.5 g; Wapń: 283.95 mg; Żelazo: 12.27 mg; Potas: 3768.02 mg; Sól: 13.58 g; Fosfor: 959.63 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1827.37 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 140.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; suma cukrów prostych: 29.51 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-09-14		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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, MLE,</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> ), Galaretką 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1867.55 kcal; Białko ogółem: 63.26 g; Tłuszcz: 48.06 g; Węglowodany ogółem: 300.67 g; Wapń: 271.21 mg; Żelazo: 11.28 mg; Potas: 3328.63 mg; Sól: 13.56 g; Fosfor: 930.06 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1814.23 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 109.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; suma cukrów prostych: 59.24 g;		
sobota 2024-09-14		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> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g ( <b>GLU, 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> ), 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2550.35 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 356.94 g; Wapń: 900.27 mg; Żelazo: 12.86 mg; Potas: 4322.25 mg; Sól: 14.75 g; Fosfor: 1599.74 mg; Witamina D: 4.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1559.16 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 107.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g; suma cukrów prostych: 73.81 g;		
sobota 2024-09-14		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 neapolitańska z ryżem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g ( <b>GLU, MLE,</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> ), Galaretką 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> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1910.54 kcal; Białko ogółem: 66.62 g; Tłuszcz: 50.69 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; Wapń: 277.65 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 3415.84 mg; Sól: 13.59 g; Fosfor: 963.75 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1936.95 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 110.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; suma cukrów prostych: 59.54 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>niedziela 2024-09-15</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> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak pieczony. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, 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 twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), rzodkiew 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2307.83 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 319.07 g; Wapń: 726.62 mg; Żelazo: 12.2 mg; Potas: 3592.76 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 1462.88 mg; Witamina D: 6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1339.29 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 94.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; suma cukrów prostych: 63.35 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</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> ), salceson 60 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Rosół z makaronem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak pieczony DZ. 120 g ( <b>GLU,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z pory i marchwi DZ 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 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 twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g ( <b>RYB, SOJ, MLE,</b> ), rzodkiew 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1972.56 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 61.95 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; Wapń: 625.26 mg; Żelazo: 10.38 mg; Potas: 3398 mg; Sól: 12.97 g; Fosfor: 1196.83 mg; Witamina D: 2.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2941.26 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 89.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; suma cukrów prostych: 76.46 g;		
<b>niedziela 2024-09-15</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> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	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 marchwi i jabłka 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 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 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2250.11 kcal; Białko ogółem: 99.9 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; Wapń: 636.75 mg; Żelazo: 10.29 mg; Potas: 3804.67 mg; Sól: 16 g; Fosfor: 1496.27 mg; Witamina D: 4.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2984.99 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 83.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; suma cukrów prostych: 68.16 g;

**niedziela 2024-09-15****Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kiełb szynkowa wp 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 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 marchwi i jabłka DZ. 100 g (**MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 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 ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 15 g ,  
**Posiłek nocny:**  
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kiełbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), pomidory 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1940.8 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 293.5 g; Wapń: 555.24 mg; Żelazo: 8.88 mg; Potas: 3550.38 mg; Sól: 14.31 g; Fosfor: 1233.61 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3955.37 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 83.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.5 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; suma cukrów prostych: 80.7 g;

**niedziela 2024-09-15****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kiełb szynkowa wp 50 g (**SOJ,**), 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 marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 40 g (**MLE,**), zielona pietruszka 1 g ,  
**Posiłek nocny:**  
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kiełbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1856.5 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 43.4 g; Węglowodany ogółem: 285.01 g; Wapń: 213.63 mg; Żelazo: 9.66 mg; Potas: 3223.54 mg; Sól: 15.64 g; Fosfor: 1167.28 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2775.87 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 78.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g; suma cukrów prostych: 52.89 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-15		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> ), kielb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	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 marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), twaróg półtłusty 40 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 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> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1853.05 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 271.55 g; Wapń: 474.34 mg; Żelazo: 10.27 mg; Potas: 3728.12 mg; Sól: 15.88 g; Fosfor: 1364.08 mg; Witamina D: 3.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2806 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 94.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; suma cukrów prostych: 24.12 g;			
niedziela 2024-09-15		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. 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> ),	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 , Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 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 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: 1928.8 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 59.5 g; Węglowodany ogółem: 258.26 g; Wapń: 520.26 mg; Żelazo: 13.15 mg; Potas: 4012.01 mg; Sól: 15.7 g; Fosfor: 1577.49 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1496.37 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 146.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; suma cukrów prostych: 24.17 g;			
niedziela 2024-09-15		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> ), 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> ),	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 marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</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: 1952.06 kcal; Białko ogółem: 66.49 g; Tłuszcz: 46.28 g; Węglowodany ogółem: 326.33 g; Wapń: 226.18 mg; Żelazo: 11.42 mg; Potas: 3718.63 mg; Sól: 17.15 g; Fosfor: 979.7 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3208.22 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 137.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; suma cukrów prostych: 21.99 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-09-15		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 ,	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 marchwi i jabłka 150 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> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1954.26 kcal; Białko ogółem: 65.15 g; Tłuszcz: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; Wapń: 213.17 mg; Żelazo: 10.41 mg; Potas: 3269.5 mg; Sól: 17.13 g; Fosfor: 949.47 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3194.79 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 107.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; suma cukrów prostych: 53.5 g;			
niedziela 2024-09-15		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 , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	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 marchwi i jabłka 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> ), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2583.61 kcal; Białko ogółem: 130.51 g; Tłuszcz: 81.75 g; Węglowodany ogółem: 336.96 g; Wapń: 860.2 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 4575.53 mg; Sól: 17.12 g; Fosfor: 1939.91 mg; Witamina D: 5.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3176.33 ug; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 102.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.9 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 68.68 g;			
niedziela 2024-09-15		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 ,	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 marchwi i jabłka 150 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> ), polędwica z ind 60 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posilek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1897.83 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; Wapń: 174.99 mg; Żelazo: 9.59 mg; Potas: 3206.89 mg; Sól: 15.8 g; Fosfor: 1094.33 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2865.57 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 77.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; suma cukrów prostych: 51.69 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów