

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2473.62 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 386.31 g; Wapń: 756.42 mg; Żelazo: 14 mg; Potas: 3960.91 mg; Sól: 15.96 g; Fosfor: 1669.23 mg; Witamina D: 5.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3223.28 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 72.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g; suma cukrów prostych: 70.57 g;		
poniedziałek 2024-09-30		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Surówka z marchwi i chrzanu DZ 100 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2049.61 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 57.41 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; Wapń: 800.1 mg; Żelazo: 10.94 mg; Potas: 3140.43 mg; Sól: 13.5 g; Fosfor: 1422.78 mg; Witamina D: 2.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2187.09 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 67.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 64.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2272.15 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 57.99 g; Węglowodany ogółem: 351.86 g; Wapń: 604.6 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3585.2 mg; Sól: 14.52 g; Fosfor: 1457.25 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3171.28 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 63.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; suma cukrów prostych: 63.71 g;			
poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Schab gotowany DZ 55 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1875.32 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 52 g; Węglowodany ogółem: 279.16 g; Wapń: 678.22 mg; Żelazo: 8.05 mg; Potas: 2881.81 mg; Sól: 12.49 g; Fosfor: 1257.14 mg; Witamina D: .91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2353.14 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 59.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.8 g; suma cukrów prostych: 58.58 g;			
poniedziałek 2024-09-30		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), 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,), Schab gotowany. 65 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1815.6 kcal; Białko ogółem: 76.38 g; Tłuszcz: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 305.72 g; Wapń: 173.25 mg; Żelazo: 9.47 mg; Potas: 2965.01 mg; Sól: 14.12 g; Fosfor: 1102.67 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2929 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 58.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 48.16 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU,</i>), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1859.53 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 293.63 g; Wapń: 462.84 mg; Żelazo: 10.15 mg; Potas: 3374.11 mg; Sól: 14.73 g; Fosfor: 1386.39 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2979.75 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 62.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; suma cukrów prostych: 18.02 g;			
poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1893.85 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 50.07 g; Węglowodany ogółem: 284.21 g; Wapń: 514.02 mg; Żelazo: 12.64 mg; Potas: 3848.44 mg; Sól: 15.29 g; Fosfor: 1511.01 mg; Witamina D: 3.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3066.48 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.24 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; suma cukrów prostych: 23.69 g;			
poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki drobiowe w sosie koperkowym nerkowa 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2065.43 kcal; Białko ogółem: 64.64 g; Tłuszcz: 48.83 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; Wapń: 227.84 mg; Żelazo: 11.56 mg; Potas: 3606.46 mg; Sól: 16.66 g; Fosfor: 1065.45 mg; Witamina D: 3.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3503.56 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 121.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.78 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g; suma cukrów prostych: 21.01 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-09-30		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie koperkowym nerkowa 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2059.53 kcal; Białko ogółem: 63.3 g; Tłuszcz: 47.49 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; Wapń: 214.81 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 3157.29 mg; Sól: 16.64 g; Fosfor: 1035.22 mg; Witamina D: 3.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3490.13 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 90.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; suma cukrów prostych: 50.52 g;			
poniedziałek 2024-09-30		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2476.23 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; Wapń: 826.23 mg; Żelazo: 11.21 mg; Potas: 4205.4 mg; Sól: 15.41 g; Fosfor: 1810.96 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3241.15 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 79.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; suma cukrów prostych: 64.27 g;			
poniedziałek 2024-09-30		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1926.53 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; Wapń: 174.49 mg; Żelazo: 9.48 mg; Potas: 2966.76 mg; Sól: 14.15 g; Fosfor: 1103.6 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3074.06 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 58.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 48.21 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), rzodkiew 50 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy 25 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2381.39 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 89.42 g; Węglowodany ogółem: 304.95 g; Wapń: 665.23 mg; Żelazo: 11.34 mg; Potas: 3697.54 mg; Sól: 12.93 g; Fosfor: 1487.88 mg; Witamina D: 5.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1882.17 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 85.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; suma cukrów prostych: 68.81 g;		
wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), rzodkiew 40 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Mizeria ze śmietaną DZ. 90 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy DZ 20 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , polędwica sop.wp 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,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2092.86 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 77.1 g; Węglowodany ogółem: 266.79 g; Wapń: 877.29 mg; Żelazo: 9.46 mg; Potas: 3463.15 mg; Sól: 11.31 g; Fosfor: 1459.06 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1605.98 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 74.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.65 g; Błonnik pokarmowy: 17.59 g; suma cukrów prostych: 85.53 g;		
wtorek 2024-10-01		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2436.31 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 87.34 g; Węglowodany ogółem: 319.93 g; Wapń: 658.82 mg; Żelazo: 12.08 mg; Potas: 3950.68 mg; Sól: 16.5 g; Fosfor: 1319.86 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1384.78 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 90.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 79.25 g;

wtorek 2024-10-01**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2069.68 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 275.67 g; Wapń: 848.68 mg; Żelazo: 9.22 mg; Potas: 3557.51 mg; Sól: 13.99 g; Fosfor: 1280 mg; Witamina D: 1.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1087.47 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 76.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.14 g; suma cukrów prostych: 92.28 g;

wtorek 2024-10-01**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1766.29 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 291.87 g; Wapń: 191.22 mg; Żelazo: 10.63 mg; Potas: 3449.81 mg; Sól: 13.66 g; Fosfor: 1084.84 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1061.03 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 82.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; suma cukrów prostych: 55.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1791.29 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 287.2 g; Wapń: 230.81 mg; Żelazo: 11.55 mg; Potas: 3731.68 mg; Sól: 14.04 g; Fosfor: 1197.2 mg; Witamina D: 2.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1083.9 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 97.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 21.35 g;			
wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g (MLE,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2320.14 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 85.68 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; Wapń: 708.72 mg; Żelazo: 14.37 mg; Potas: 4356.15 mg; Sól: 16.72 g; Fosfor: 1631.95 mg; Witamina D: 4.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1393.48 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 107.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; suma cukrów prostych: 38.28 g;			
wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Ryż z jabłkami b/cukru. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2059.11 kcal; Białko ogółem: 59.49 g; Tłuszcz: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; Wapń: 197.97 mg; Żelazo: 11.1 mg; Potas: 3646.24 mg; Sól: 12.63 g; Fosfor: 848.36 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1137.33 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 206.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.11 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; suma cukrów prostych: 34.62 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Ryż z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2093.71 kcal; Białko ogółem: 58.15 g; Tłuszcz: 40.8 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; Wapń: 185.04 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3197.27 mg; Sól: 12.61 g; Fosfor: 818.13 mg; Witamina D: 2.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1123.9 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 175.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.4 g; suma cukrów prostych: 74.11 g;			
wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2691.17 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; Wapń: 877.05 mg; Żelazo: 12.94 mg; Potas: 4633.54 mg; Sól: 16.84 g; Fosfor: 1679.13 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1680.21 ug; Witamina B6: 3.03 mg; Witamina C: 110.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 80.13 g;			
wtorek 2024-10-01		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2181.34 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 74.02 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Wapń: 198.61 mg; Żelazo: 11.66 mg; Potas: 3343.46 mg; Sól: 16.12 g; Fosfor: 988.08 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1271.66 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 86.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 57.36 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (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: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1803.55 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 283.45 g; Wapń: 547.28 mg; Żelazo: 8.09 mg; Potas: 3071.54 mg; Sól: 12.66 g; Fosfor: 1151.03 mg; Witamina D: .8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2719.71 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 82.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; suma cukrów prostych: 76.62 g;			
środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1756.85 kcal; Białko ogółem: 71.5 g; Tłuszcz: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; Wapń: 243.01 mg; Żelazo: 8.99 mg; Potas: 3092.73 mg; Sól: 14.61 g; Fosfor: 1057.17 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3368.16 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 85.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; suma cukrów prostych: 55.62 g;			
środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1753.4 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 291.86 g; Wapń: 503.72 mg; Żelazo: 9.6 mg; Potas: 3597.31 mg; Sól: 14.86 g; Fosfor: 1253.97 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3398.29 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 100.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 26.85 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1884.39 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 51.3 g; Węglowodany ogółem: 280.1 g; Wapń: 558.61 mg; Żelazo: 11.87 mg; Potas: 3903.9 mg; Sól: 14.66 g; Fosfor: 1451.24 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1717.58 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 191.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; suma cukrów prostych: 27.04 g;			
środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1916.42 kcal; Białko ogółem: 63.01 g; Tłuszcz: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; Wapń: 240.59 mg; Żelazo: 11.55 mg; Potas: 4346.82 mg; Sól: 22.5 g; Fosfor: 1020.86 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3747.1 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 148.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.9 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; suma cukrów prostych: 26.57 g;			
środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1918.62 kcal; Białko ogółem: 61.67 g; Tłuszcz: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 338.59 g; Wapń: 227.58 mg; Żelazo: 10.54 mg; Potas: 3897.69 mg; Sól: 22.48 g; Fosfor: 990.63 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3733.67 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 117.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 58.08 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2395.16 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 60.16 g; Węglowodany ogółem: 361.31 g; Wapń: 902.77 mg; Żelazo: 11.31 mg; Potas: 4296.84 mg; Sól: 15.45 g; Fosfor: 1806.42 mg; Witamina D: 3.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3667.26 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 104.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; suma cukrów prostych: 71.94 g;		
środa 2024-10-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1950.09 kcal; Białko ogółem: 65.95 g; Tłuszcz: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 341.48 g; Wapń: 229.23 mg; Żelazo: 10.67 mg; Potas: 3972.59 mg; Sól: 22.56 g; Fosfor: 1037.53 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3734.75 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 117.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; suma cukrów prostych: 58.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-03 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), ogórek świeży 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Wątróbka po kapitańsku. 200 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszanej kapusty. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2303.66 kcal; Białko ogółem: 75.7 g; Tłuszcz: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; Wapń: 853.95 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3422.21 mg; Sól: 17.26 g; Fosfor: 1308.48 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1021.34 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 97.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; suma cukrów prostych: 67.59 g;		
czwartek 2024-10-03 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), ogórek świeży 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Wątróbka po kapitańsku DZ. 160 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kiszanej kapusty DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubuś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.29 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 297.91 g; Wapń: 754.71 mg; Żelazo: 8.61 mg; Potas: 3276.41 mg; Sól: 15.02 g; Fosfor: 1086.1 mg; Witamina D: .98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2543.39 ug; Witamina B6: 1.83 mg; Witamina C: 95.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 78.29 g;		
czwartek 2024-10-03 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2187.64 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; Wapń: 867.96 mg; Żelazo: 10.18 mg; Potas: 3555.59 mg; Sól: 15.12 g; Fosfor: 1457.4 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1148.11 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 91.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.88 g; suma cukrów prostych: 67.1 g;

czwartek 2024-10-03**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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

Krupnik DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab pieczony w folii.DZ 50 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), Sos koperkowy DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (**MLE,**), Kompot z 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,**), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g (**SOJ, MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

Wartości odżywcze: Energia kc: 1885.55 kcal; Białko ogółem: 68.46 g; Tłuszcz: 52.12 g; Węglowodany ogółem: 293.21 g; Wapń: 769.82 mg; Żelazo: 8.73 mg; Potas: 3383.69 mg; Sól: 13.06 g; Fosfor: 1194.45 mg; Witamina D: 1.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2663.57 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 92.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; suma cukrów prostych: 79.51 g;

czwartek 2024-10-03**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab pieczony w folii. 80 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), Sos koperkowy. 30 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

Wartości odżywcze: Energia kc: 1698.64 kcal; Białko ogółem: 72.93 g; Tłuszcz: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; Wapń: 385.86 mg; Żelazo: 8.88 mg; Potas: 2864.27 mg; Sól: 14.01 g; Fosfor: 1109.14 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 903.58 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 86.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.2 g; suma cukrów prostych: 47.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: sok bobofrut b/c 300 ml ,	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab pieczony w folii. 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1734.79 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 286.95 g; Wapń: 445.59 mg; Żelazo: 9.19 mg; Potas: 3100.39 mg; Sól: 14.1 g; Fosfor: 1160.44 mg; Witamina D: 2.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.21 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 162.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; suma cukrów prostych: 20.86 g;			
czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: sok bobofrut b/c 300 ml ,	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab pieczony w folii. 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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>), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1949.86 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 56.24 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; Wapń: 565.3 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 3785.65 mg; Sól: 15.53 g; Fosfor: 1361.96 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2303.2 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 179.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g; suma cukrów prostych: 26.75 g;			
czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Krupnik. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</i>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (<i>JAJ,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1953.32 kcal; Białko ogółem: 58.21 g; Tłuszcz: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; Wapń: 153.52 mg; Żelazo: 10.65 mg; Potas: 3987.87 mg; Sól: 13.86 g; Fosfor: 962.03 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1011.12 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 211.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.06 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; suma cukrów prostych: 17.59 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sok kubuś 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1956.42 kcal; Białko ogółem: 58.37 g; Tłuszcz: 38.7 g; Węglowodany ogółem: 354.29 g; Wapń: 185.49 mg; Żelazo: 10.54 mg; Potas: 4012.7 mg; Sól: 14.04 g; Fosfor: 976.8 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2791.69 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 117.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; suma cukrów prostych: 64.8 g;		
czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii. (2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2360.86 kcal; Białko ogółem: 107 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; Wapń: 1079.6 mg; Żelazo: 11.12 mg; Potas: 4073.41 mg; Sól: 15.39 g; Fosfor: 1732.15 mg; Witamina D: 4.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1176.7 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 107.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g; suma cukrów prostych: 67.21 g;		
czwartek 2024-10-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sok kubuś 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1990.06 kcal; Białko ogółem: 64.53 g; Tłuszcz: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; Wapń: 188.47 mg; Żelazo: 10.79 mg; Potas: 4114.27 mg; Sól: 14.08 g; Fosfor: 1032.77 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2791.6 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 116.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; suma cukrów prostych: 64.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), rogal maślany 1 szt, margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g, ser żółty twardy 50 g (MLE), ogórek kiszony 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ryż na sypko. 160 g, surówka z selera i jabłka. 150 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE), Schab gotowany. 65 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 40 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2708.97 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 418.79 g; Wapń: 1113.37 mg; Żelazo: 10.51 mg; Potas: 3718.59 mg; Sól: 14.35 g; Fosfor: 1504.55 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1926.31 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 103.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 91.51 g;		
piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), rogal maślany 1 szt, masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 40 g, ser żółty twardy 40 g (MLE), ogórek kiszony 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ryż na sypko DZ. 120 g, Surówka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE), Schab gotowany DZ 55 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 30 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2345.16 kcal; Białko ogółem: 85 g; Tłuszcz: 66.35 g; Węglowodany ogółem: 356.35 g; Wapń: 1069.94 mg; Żelazo: 8.45 mg; Potas: 3116.37 mg; Sól: 12.5 g; Fosfor: 1311.08 mg; Witamina D: 1.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1522.92 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 94.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.32 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g; suma cukrów prostych: 80.57 g;		
piątek 2024-10-04		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g, Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ryż na sypko. 160 g, sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE), Schab gotowany. 65 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 40 g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2548.92 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 414.34 g; Wapń: 779.66 mg; Żelazo: 11.73 mg; Potas: 3980.09 mg; Sól: 13.98 g; Fosfor: 1480.55 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1875.82 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 112.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g; suma cukrów prostych: 93.95 g;

piątek 2024-10-04**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

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

Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Klops rybny DZ 60 g (**GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,**), Sos grecki DZ 20 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ryż na sypko DZ. 120 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (**MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (**JAJ, MLE,**), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 30 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2125.37 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 53.88 g; Węglowodany ogółem: 335.51 g; Wapń: 799.76 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 3298.72 mg; Sól: 12.06 g; Fosfor: 1278.5 mg; Witamina D: 1.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1483 ug; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 102.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; suma cukrów prostych: 82.37 g;

piątek 2024-10-04**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,

Barszcz z ziemniakami. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Sos grecki 30 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Klops rybny. 80 g (**GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,**), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera 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,**), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (**JAJ,**), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2111.35 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 40.92 g; Węglowodany ogółem: 365.89 g; Wapń: 289.55 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3291.1 mg; Sól: 13.53 g; Fosfor: 1083.86 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1643.69 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 108.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; suma cukrów prostych: 76.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU, SKO, JAJ,</i> <i>RYB, MLE, MIĘ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2031.4 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; Wapń: 543.76 mg; Żelazo: 11.2 mg; Potas: 3764.18 mg; Sól: 13.77 g; Fosfor: 1274.66 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1673.32 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 118.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.81 g; suma cukrów prostych: 29.92 g;			
piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU,</i> <i>SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i> <i>GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt truskawkowy 150 g (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (<i>JAJ, MLE,</i>), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2107.35 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 330.48 g; Wapń: 620.88 mg; Żelazo: 13.96 mg; Potas: 4144.48 mg; Sól: 13.71 g; Fosfor: 1483.35 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.28 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 144.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.34 g; Błonnik pokarmowy: 45.3 g; suma cukrów prostych: 25.56 g;			
piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Klops rybny- nerkowa. 60 g (<i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2036.23 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; Wapń: 288.5 mg; Żelazo: 11.07 mg; Potas: 3495.69 mg; Sól: 13.48 g; Fosfor: 995.39 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1769.12 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 133.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.69 g; Błonnik pokarmowy: 38.46 g; suma cukrów prostych: 27.21 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2114.93 kcal; Białko ogółem: 62.43 g; Tłuszcz: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; Wapń: 281.99 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3078.06 mg; Sól: 13.46 g; Fosfor: 971.16 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1756.19 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 108.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; suma cukrów prostych: 76.27 g;			
piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2748.1 kcal; Białko ogółem: 110.59 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 437.12 g; Wapń: 987.54 mg; Żelazo: 12.42 mg; Potas: 4280.26 mg; Sól: 14.39 g; Fosfor: 1656.91 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1927.98 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 127.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.2 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; suma cukrów prostych: 94.14 g;			
piątek 2024-10-04		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2204.54 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 49.11 g; Węglowodany ogółem: 363.6 g; Wapń: 246.15 mg; Żelazo: 10.92 mg; Potas: 3508.87 mg; Sól: 13.6 g; Fosfor: 1143.13 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1737.76 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 108.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; suma cukrów prostych: 74.67 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2041.25 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 51.9 g; Węglowodany ogółem: 308.8 g; Wapń: 652.02 mg; Żelazo: 12 mg; Potas: 3704.97 mg; Sól: 14.45 g; Fosfor: 1447.3 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1379.33 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 101.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.08 g; Błonnik pokarmowy: 23 g; suma cukrów prostych: 64.8 g;

sobota 2024-10-05**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (**MLE,**),

Zupa grysikowa DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Bitki wołowe w jarzynach DZ 80 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z pomidora DZ. 80 g (**MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:

Herbatniki petititki 25 g (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,**),

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

Posiłek nocny:

chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 15 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 30 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1777.05 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 50.91 g; Węglowodany ogółem: 262.65 g; Wapń: 501.63 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 2957.72 mg; Sól: 12.27 g; Fosfor: 1125.52 mg; Witamina D: 1.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1054.36 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 82.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g; suma cukrów prostych: 59.3 g;

sobota 2024-10-05**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

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

Zupa grysikowa 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1662.78 kcal; Białko ogółem: 73.8 g; Tłuszcz: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 275.25 g; Wapń: 195.41 mg; Żelazo: 10.63 mg; Potas: 3034.33 mg; Sól: 14.05 g; Fosfor: 1019.95 mg; Witamina D: 2.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1180.51 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 97.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g; suma cukrów prostych: 48.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1667.43 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 263.79 g; Wapń: 456.14 mg; Żelazo: 11.24 mg; Potas: 3538.95 mg; Sól: 14.3 g; Fosfor: 1216.75 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1210.64 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 112.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; suma cukrów prostych: 21.76 g;			
sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g (<i>MLE,</i>), Bukiet jarzyn-jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1741.73 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 44.1 g; Węglowodany ogółem: 258.45 g; Wapń: 538.18 mg; Żelazo: 13.65 mg; Potas: 3998.84 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 1452.78 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1948.48 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 127.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g; suma cukrów prostych: 26.19 g;			
sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki wołowe w jarzynach- nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Galaretką jarska. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1697.66 kcal; Białko ogółem: 62.48 g; Tłuszcz: 38.93 g; Węglowodany ogółem: 282.97 g; Wapń: 199.68 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3592.62 mg; Sól: 14.16 g; Fosfor: 912.59 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2018.64 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 151.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g; suma cukrów prostych: 19.79 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki wołowe w jarzynach-nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1691.76 kcal; Białko ogółem: 61.14 g; Tłuszcz: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; Wapń: 186.65 mg; Żelazo: 10.58 mg; Potas: 3143.45 mg; Sól: 14.14 g; Fosfor: 882.36 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2005.21 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 120.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g; suma cukrów prostych: 49.3 g;			
sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2247.54 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 57.47 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; Wapń: 867.59 mg; Żelazo: 14.59 mg; Potas: 4392.6 mg; Sól: 15.44 g; Fosfor: 1788.4 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1673.68 ug; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 120.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; suma cukrów prostych: 65.47 g;			
sobota 2024-10-05		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1738.16 kcal; Białko ogółem: 69.5 g; Tłuszcz: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; Wapń: 187.85 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 3293.45 mg; Sól: 14.22 g; Fosfor: 963.96 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2009.61 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 120.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g; suma cukrów prostych: 49.3 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2412.56 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 89.28 g; Węglowodany ogółem: 308.47 g; Wapń: 620.13 mg; Żelazo: 12.74 mg; Potas: 3998.25 mg; Sól: 16.38 g; Fosfor: 1378.32 mg; Witamina D: 4.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1121.8 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 94.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.2 g; suma cukrów prostych: 77.99 g;</p>		
<p>niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</p>		
<p>Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,</p>	<p>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 buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2168.56 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 82.13 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; Wapń: 898.33 mg; Żelazo: 10.17 mg; Potas: 3800.22 mg; Sól: 14.54 g; Fosfor: 1386.41 mg; Witamina D: 1.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 986.22 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 83.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 18.96 g; suma cukrów prostych: 95.59 g;</p>		
<p>niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,</p>	<p>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 buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1862.05 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 282.66 g; Wapń: 209.77 mg; Żelazo: 11.36 mg; Potas: 3565.13 mg; Sól: 13.58 g; Fosfor: 1184.38 mg; Witamina D: 3.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 908.81 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 86.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; suma cukrów prostych: 56.35 g;</p>		
<p>niedziela 2024-10-06 Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i</p>		
<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,</p>	<p>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 buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),</p>	<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1905.98 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 270.57 g; Wapń: 499.35 mg; Żelazo: 12.05 mg; Potas: 3974.24 mg; Sól: 14.18 g; Fosfor: 1468.09 mg; Witamina D: 3.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 959.55 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 90.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.1 g; suma cukrów prostych: 26.21 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-10-06		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
<p>Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,</p> <p>II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielony koperek 1 g ,</p>	<p>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 , Surówka wielowarzywna. 150 g (GOR,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),</p>	<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,</p> <p>Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,</p>	
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2402.7 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 93.86 g; Węglowodany ogółem: 281.83 g; Wapń: 959.13 mg; Żelazo: 14.84 mg; Potas: 4624.71 mg; Sól: 17.01 g; Fosfor: 1884.97 mg; Witamina D: 4.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1543.51 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 140.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.45 g; suma cukrów prostych: 40.79 g;</p>			
niedziela 2024-10-06		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,</p> <p>II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),</p>	<p>Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,</p>	<p>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 ,</p> <p>Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,</p>	
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1926.82 kcal; Białko ogółem: 64.41 g; Tłuszcz: 48.75 g; Węglowodany ogółem: 314.88 g; Wapń: 232.8 mg; Żelazo: 12.1 mg; Potas: 3643.89 mg; Sól: 15.21 g; Fosfor: 944.29 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1334.14 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 123.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.6 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; suma cukrów prostych: 27.95 g;</p>			
niedziela 2024-10-06		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,</p>	<p>Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g ,</p> <p>Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,</p>	
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1920.92 kcal; Białko ogółem: 63.07 g; Tłuszcz: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; Wapń: 219.77 mg; Żelazo: 11.09 mg; Potas: 3194.72 mg; Sól: 15.19 g; Fosfor: 914.06 mg; Witamina D: 3.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1320.71 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 92.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; suma cukrów prostych: 57.46 g;</p>			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-10-06		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany.(2.00 porcje) 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2746.06 kcal; Białko ogółem: 124.26 g; Tłuszcz: 106.6 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; Wapń: 843.58 mg; Żelazo: 14.26 mg; Potas: 4769.11 mg; Sól: 17.5 g; Fosfor: 1821.96 mg; Witamina D: 5.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1313.14 ug; Witamina B6: 3.04 mg; Witamina C: 113.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; suma cukrów prostych: 78.51 g;		
niedziela 2024-10-06		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2210.09 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 80.16 g; Węglowodany ogółem: 288.74 g; Wapń: 215.72 mg; Żelazo: 12.38 mg; Potas: 3456.53 mg; Sól: 16.04 g; Fosfor: 1086.54 mg; Witamina D: 4.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1046.18 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 90.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.2 g; suma cukrów prostych: 58.29 g;		