

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-14		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , 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,), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora. 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 parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, 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: 2322.95 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; Wapń: 668.9 mg; Żelazo: 12.52 mg; Potas: 3635.79 mg; Sól: 15.3 g; Fosfor: 1436.91 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1219.25 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 93.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g; suma cukrów prostych: 67.9 g;			
poniedziałek 2024-10-14		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 , 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,), Bitki wołowe w jarzynach DZ 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora DZ. 80 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petitki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1954.5 kcal; Białko ogółem: 70.76 g; Tłuszcz: 57.12 g; Węglowodany ogółem: 292.27 g; Wapń: 505.73 mg; Żelazo: 9.5 mg; Potas: 2753.64 mg; Sól: 12.95 g; Fosfor: 1092.02 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 913.03 ug; Witamina B6: 1.76 mg; Witamina C: 70.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.37 g; suma cukrów prostych: 61.23 g;			
poniedziałek 2024-10-14		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1838.08 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 303.6 g; Wapń: 208.07 mg; Żelazo: 11.29 mg; Potas: 2948.47 mg; Sól: 14.23 g; Fosfor: 1098.41 mg; Witamina D: 2.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1020.79 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 88.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; suma cukrów prostych: 51.29 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-14		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kiełb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1842.73 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 292.14 g; Wapń: 468.8 mg; Żelazo: 11.9 mg; Potas: 3453.09 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1295.21 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1050.92 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 104.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; suma cukrów prostych: 24.52 g;			
poniedziałek 2024-10-14		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki wołowe w jarzynach 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora. 150 g (<i>MLE,</i>), Kalafior gotowany. 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>), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 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>), kiełb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1957.58 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 56.52 g; Węglowodany ogółem: 284.12 g; Wapń: 537.27 mg; Żelazo: 14.43 mg; Potas: 3836.27 mg; Sól: 15.14 g; Fosfor: 1474.61 mg; Witamina D: 3.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1163.76 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 139.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; suma cukrów prostych: 27.26 g;			
poniedziałek 2024-10-14		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki wołowe w jarzynach- nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z 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>), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2078.79 kcal; Białko ogółem: 57.58 g; Tłuszcz: 48.06 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; Wapń: 245.35 mg; Żelazo: 12.34 mg; Potas: 3951.27 mg; Sól: 12.46 g; Fosfor: 991.71 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1120.56 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 230.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; suma cukrów prostych: 26.91 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-10-14		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2072.89 kcal; Białko ogółem: 56.24 g; Tłuszcz: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 362.31 g; Wapń: 232.32 mg; Żelazo: 11.33 mg; Potas: 3502.1 mg; Sól: 12.44 g; Fosfor: 961.48 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1107.13 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 199.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; suma cukrów prostych: 56.42 g;			
poniedziałek 2024-10-14		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 , 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,), Bitki wołowe w jarzynach(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2529.24 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 69.23 g; Węglowodany ogółem: 365.78 g; Wapń: 884.47 mg; Żelazo: 15.11 mg; Potas: 4323.42 mg; Sól: 16.3 g; Fosfor: 1778.01 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1513.6 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 112.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; suma cukrów prostych: 68.57 g;			
poniedziałek 2024-10-14		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 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,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Krokiety z ziemniaków-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2247.13 kcal; Białko ogółem: 77.3 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; Wapń: 242.52 mg; Żelazo: 13.16 mg; Potas: 3652.63 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1172.89 mg; Witamina D: 4.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1207.92 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 109.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; suma cukrów prostych: 52.78 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), 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), 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 , 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), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), 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 , jogurt truskawkowy 150 g (MLE),
--	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2235.93 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; Wapń: 888.21 mg; Żelazo: 12.57 mg; Potas: 4014.91 mg; Sól: 15.45 g; Fosfor: 1568.03 mg; Witamina D: 3.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1082.31 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 98.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 72.97 g;

wtorek 2024-10-15

Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), 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), 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 , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 30 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE),
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1992.03 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 58.02 g; Węglowodany ogółem: 288.99 g; Wapń: 1051.79 mg; Żelazo: 9.76 mg; Potas: 3663.81 mg; Sól: 13.49 g; Fosfor: 1485.04 mg; Witamina D: 1.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 856.02 ug; Witamina B6: 2.02 mg; Witamina C: 87.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.28 g; Błonnik pokarmowy: 18.38 g; suma cukrów prostych: 86.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-15		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 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 , 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,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 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 , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1792.74 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; Wapń: 423.53 mg; Żelazo: 11.17 mg; Potas: 3334.42 mg; Sól: 15.05 g; Fosfor: 1134.89 mg; Witamina D: 2.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 814.71 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 94.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 56.13 g;			
wtorek 2024-10-15		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: sok bobofrut b/c 300 ml ,	Zupa grysikowa 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 , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 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 , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1847.14 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; Wapń: 484.72 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3619.45 mg; Sól: 15.15 g; Fosfor: 1189.47 mg; Witamina D: 2.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 817.8 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 173.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; suma cukrów prostych: 30.49 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-15		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: sok bobofrut b/c 300 ml ,	Zupa grysikowa 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 , Cwikła. 150 g (MLE,), brokuły z wody II jarzyna 80 g (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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 , jogurt naturalny 100 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1906.79 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 49.18 g; Węglowodany ogółem: 288.96 g; Wapń: 474.36 mg; Żelazo: 13.3 mg; Potas: 3847.66 mg; Sól: 15.04 g; Fosfor: 1371.99 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1104.09 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 232.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; suma cukrów prostych: 26.75 g;			
wtorek 2024-10-15		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa grysikowa 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 , 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,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 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 , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2064.96 kcal; Białko ogółem: 59.99 g; Tłuszcz: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; Wapń: 200.24 mg; Żelazo: 12.78 mg; Potas: 4331.56 mg; Sól: 14.18 g; Fosfor: 938.12 mg; Witamina D: 3.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 959.56 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 218.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; suma cukrów prostych: 26.25 g;			
wtorek 2024-10-15		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,), 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 , 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,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 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 , sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2068.06 kcal; Białko ogółem: 60.15 g; Tłuszcz: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 370.9 g; Wapń: 232.21 mg; Żelazo: 12.67 mg; Potas: 4356.39 mg; Sól: 14.37 g; Fosfor: 952.89 mg; Witamina D: 3.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2740.13 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 123.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; suma cukrów prostych: 73.46 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-10-15		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,), 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 , 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,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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 , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2409.15 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 345.62 g; Wapń: 1099.85 mg; Żelazo: 13.51 mg; Potas: 4532.73 mg; Sól: 15.72 g; Fosfor: 1842.78 mg; Witamina D: 4.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1110.9 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 114.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; suma cukrów prostych: 73.08 g;			
wtorek 2024-10-15		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,), 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 , 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,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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 , sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.76 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 321.81 g; Wapń: 220.89 mg; Żelazo: 11.74 mg; Potas: 3548.47 mg; Sól: 15.44 g; Fosfor: 957.82 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2724.82 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 89.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.6 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 72.39 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-16		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1879.36 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 285.19 g; Wapń: 733.45 mg; Żelazo: 10.43 mg; Potas: 3778.6 mg; Sól: 15.1 g; Fosfor: 1519.88 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3532.72 ug; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 90.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; suma cukrów prostych: 21.38 g;			
środa 2024-10-16		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 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,), 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,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2416.63 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 90.4 g; Węglowodany ogółem: 296.51 g; Wapń: 1264.66 mg; Żelazo: 14.54 mg; Potas: 4520.73 mg; Sól: 17.74 g; Fosfor: 1986.9 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2155.47 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 135.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.17 g; suma cukrów prostych: 40.41 g;			
środa 2024-10-16		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- 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,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1901.94 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Wapń: 264.07 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 3627.31 mg; Sól: 15.83 g; Fosfor: 1011.61 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3922.76 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 124.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.74 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; suma cukrów prostych: 24.33 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-10-16		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1904.14 kcal; Białko ogółem: 64.14 g; Tłuszcz: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; Wapń: 251.06 mg; Żelazo: 9.54 mg; Potas: 3178.18 mg; Sól: 15.81 g; Fosfor: 981.38 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3909.33 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 93.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 55.84 g;		
środa 2024-10-16		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem .(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2601.72 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 84 g; Węglowodany ogółem: 348.58 g; Wapń: 917.9 mg; Żelazo: 12.6 mg; Potas: 4515.02 mg; Sól: 17.97 g; Fosfor: 1762.59 mg; Witamina D: 4.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3751.51 ug; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 109.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; suma cukrów prostych: 78.75 g;		
środa 2024-10-16		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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1963.06 kcal; Białko ogółem: 64.73 g; Tłuszcz: 53.61 g; Węglowodany ogółem: 307.61 g; Wapń: 187.19 mg; Żelazo: 9.66 mg; Potas: 3179 mg; Sól: 15.62 g; Fosfor: 893.04 mg; Witamina D: 2.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3382.38 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 168.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.45 g; Błonnik pokarmowy: 30 g; suma cukrów prostych: 59.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-17		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,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkoty 20 g (GLU, JAJ, SOJ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1860.05 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 272.49 g; Wapń: 520.16 mg; Żelazo: 8.72 mg; Potas: 3020.97 mg; Sól: 12.65 g; Fosfor: 1122.42 mg; Witamina D: 1.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 823.56 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 71.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.26 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; suma cukrów prostych: 71.76 g;			
czwartek 2024-10-17		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 ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1771.06 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 296.2 g; Wapń: 213.59 mg; Żelazo: 10.2 mg; Potas: 3148.32 mg; Sól: 14.31 g; Fosfor: 1041.36 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 853.1 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 82.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 55.57 g;			
czwartek 2024-10-17		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1775.71 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Wapń: 474.32 mg; Żelazo: 10.81 mg; Potas: 3652.94 mg; Sól: 14.56 g; Fosfor: 1238.16 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.23 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 98.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; suma cukrów prostych: 28.8 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-17		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy. 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 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>), 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>), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (<i>MLE,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1894.09 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 52.19 g; Węglowodany ogółem: 271.44 g; Wapń: 506.05 mg; Żelazo: 12.64 mg; Potas: 3832.23 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1416.34 mg; Witamina D: 3.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1040.51 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 98.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; suma cukrów prostych: 30.31 g;			
czwartek 2024-10-17		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jabłka 200 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 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>), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2039.3 kcal; Białko ogółem: 57.29 g; Tłuszcz: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 358.36 g; Wapń: 188.44 mg; Żelazo: 11.32 mg; Potas: 3512.97 mg; Sól: 13.35 g; Fosfor: 810.2 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 898.19 ug; Witamina B6: 1.63 mg; Witamina C: 205.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.25 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; suma cukrów prostych: 33.47 g;			
czwartek 2024-10-17		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Klopsik drobiowy nerkowa. 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Makaron z jabłkami. 250 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2055.35 kcal; Białko ogółem: 57.4 g; Tłuszcz: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 369.26 g; Wapń: 219.88 mg; Żelazo: 11.16 mg; Potas: 3518.34 mg; Sól: 13.54 g; Fosfor: 823.66 mg; Witamina D: 2.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2678.18 ug; Witamina B6: 1.73 mg; Witamina C: 109.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.2 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; suma cukrów prostych: 85.21 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-10-17		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2486.91 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 356.99 g; Wapń: 863.01 mg; Żelazo: 12.27 mg; Potas: 4373.82 mg; Sól: 15.79 g; Fosfor: 1765.15 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1188.99 ug; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 103.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 71.3 g;		
czwartek 2024-10-17		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 ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok kubaś 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1781.76 kcal; Białko ogółem: 69.58 g; Tłuszcz: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; Wapń: 208.96 mg; Żelazo: 10.17 mg; Potas: 3548.43 mg; Sól: 13.59 g; Fosfor: 920.03 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2603.51 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 97.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 76.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-18		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,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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 , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1984.85 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; Wapń: 484.24 mg; Żelazo: 10.1 mg; Potas: 3419.98 mg; Sól: 14.96 g; Fosfor: 1127.3 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1735.66 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 180.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; suma cukrów prostych: 23.09 g;			
piątek 2024-10-18		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Buraczki z wody jako II jarzyna 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), połudwica 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,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2099.35 kcal; Białko ogółem: 87.4 g; Tłuszcz: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 334.33 g; Wapń: 639.64 mg; Żelazo: 13.39 mg; Potas: 3991.97 mg; Sól: 15.11 g; Fosfor: 1383.93 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1871.21 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 189.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g; suma cukrów prostych: 35.17 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-18		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,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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,), Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa. 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1820.7 kcal; Białko ogółem: 56.28 g; Tłuszcz: 35.7 g; Węglowodany ogółem: 324.66 g; Wapń: 217.12 mg; Żelazo: 8.91 mg; Potas: 3086.39 mg; Sól: 11.95 g; Fosfor: 728.09 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1690.71 ug; Witamina B6: 1.71 mg; Witamina C: 200.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 24.07 g;			
piątek 2024-10-18		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Sałatka z makaronu z olejem- nerkowa. 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1900.3 kcal; Białko ogółem: 56.59 g; Tłuszcz: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 351.24 g; Wapń: 255.59 mg; Żelazo: 8.95 mg; Potas: 3142.72 mg; Sól: 12.14 g; Fosfor: 748.86 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3471.78 ug; Witamina B6: 1.83 mg; Witamina C: 111.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.8 g; suma cukrów prostych: 88.83 g;			
piątek 2024-10-18		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), 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,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sok kubaś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2689.15 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 439.75 g; Wapń: 1001.12 mg; Żelazo: 11.93 mg; Potas: 4414.06 mg; Sól: 15.8 g; Fosfor: 1555.06 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3761.71 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 126.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; suma cukrów prostych: 105.96 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-10-18	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 ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Sałatka z makaronu z olejem-nerkowa. 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), 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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sok kubus 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2225.44 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; Wapń: 231.08 mg; Żelazo: 10.79 mg; Potas: 3679.36 mg; Sól: 15.12 g; Fosfor: 1056.21 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3595.33 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 105.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g; suma cukrów prostych: 83.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2316.73 kcal; Białko ogółem: 90.2 g; Tłuszcz: 61.57 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; Wapń: 681.81 mg; Żelazo: 10.76 mg; Potas: 3517.95 mg; Sól: 15.34 g; Fosfor: 1483.86 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3199.95 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 63.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; suma cukrów prostych: 66.86 g;

sobota 2024-10-19

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 , 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,**), Schab gotowany 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,**), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 30 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1902.28 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; Wapń: 737.54 mg; Żelazo: 8.38 mg; Potas: 2808.64 mg; Sól: 13.33 g; Fosfor: 1270.31 mg; Witamina D: 1.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2376.76 ug; Witamina B6: 1.75 mg; Witamina C: 60.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; suma cukrów prostych: 61.02 g;

sobota 2024-10-19

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 ziemniaczana 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), 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,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), twaróg półtłusty 50 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1840.68 kcal; Białko ogółem: 73.8 g; Tłuszcz: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 310.06 g; Wapń: 221.51 mg; Żelazo: 9.79 mg; Potas: 2863.76 mg; Sól: 14.92 g; Fosfor: 1108.54 mg; Witamina D: 2.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2945.16 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 59.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; suma cukrów prostych: 50.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-19		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: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1845.33 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 39.6 g; Węglowodany ogółem: 298.6 g; Wapń: 482.24 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3368.38 mg; Sól: 15.17 g; Fosfor: 1305.34 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2975.29 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 74.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.3 g; Błonnik pokarmowy: 30 g; suma cukrów prostych: 23.38 g;			
sobota 2024-10-19		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1938.42 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 281.29 g; Wapń: 542.49 mg; Żelazo: 12.53 mg; Potas: 3557.55 mg; Sól: 17.3 g; Fosfor: 1515.35 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2197.94 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 79.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; suma cukrów prostych: 25.1 g;			
sobota 2024-10-19		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany 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 b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1911.23 kcal; Białko ogółem: 62.23 g; Tłuszcz: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; Wapń: 235 mg; Żelazo: 10.9 mg; Potas: 3436.89 mg; Sól: 14.13 g; Fosfor: 997.03 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3856.39 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 117.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g; suma cukrów prostych: 21.75 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-10-19		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany 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,), Galaretka 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 z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1905.33 kcal; Białko ogółem: 60.89 g; Tłuszcz: 46.97 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; Wapń: 221.97 mg; Żelazo: 9.89 mg; Potas: 2987.72 mg; Sól: 14.11 g; Fosfor: 966.8 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3842.96 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 86.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; suma cukrów prostych: 51.26 g;			
sobota 2024-10-19		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 , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2531.22 kcal; Białko ogółem: 111.31 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 373.72 g; Wapń: 933.67 mg; Żelazo: 11.9 mg; Potas: 4100.34 mg; Sól: 16.24 g; Fosfor: 1788.29 mg; Witamina D: 4.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3270.05 ug; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 80.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.6 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; suma cukrów prostych: 68.5 g;			
sobota 2024-10-19		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 ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1907.62 kcal; Białko ogółem: 68.3 g; Tłuszcz: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; Wapń: 176.45 mg; Żelazo: 10.04 mg; Potas: 2866.34 mg; Sól: 15.37 g; Fosfor: 1030.65 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3068.58 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 58.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.9 g; suma cukrów prostych: 48.6 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-20 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,), ogórek świeży 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rumszyk z cebulą 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 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,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy 25 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), 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: 2407.91 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 82.26 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; Wapń: 637.44 mg; Żelazo: 11.58 mg; Potas: 3378.98 mg; Sól: 16.07 g; Fosfor: 1284.65 mg; Witamina D: 4.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1048.79 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 123.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g; suma cukrów prostych: 65.37 g;		
niedziela 2024-10-20 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,), ogórek świeży 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rumszyk z cebulką DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy DZ 20 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), 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: 1969.6 kcal; Białko ogółem: 67.71 g; Tłuszcz: 66.73 g; Węglowodany ogółem: 278.26 g; Wapń: 512.89 mg; Żelazo: 9.25 mg; Potas: 2766.75 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1014.19 mg; Witamina D: 1.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 918.16 ug; Witamina B6: 1.8 mg; Witamina C: 103.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g; suma cukrów prostych: 70.62 g;		
niedziela 2024-10-20 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-10-20		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), 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>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 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>), 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>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1847.07 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 45.48 g; Węglowodany ogółem: 274.81 g; Wapń: 505.08 mg; Żelazo: 11.27 mg; Potas: 3733.23 mg; Sól: 14.38 g; Fosfor: 1318.49 mg; Witamina D: 3.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 974.94 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 101.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 30.21 g;			
niedziela 2024-10-20		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), 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>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kalafior gotowany. 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>), 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>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1955.3 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 66 g; Węglowodany ogółem: 258.49 g; Wapń: 500.75 mg; Żelazo: 12.05 mg; Potas: 3897.45 mg; Sól: 14.83 g; Fosfor: 1458.77 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1078.85 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 184.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; suma cukrów prostych: 23.1 g;			
niedziela 2024-10-20		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), 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>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 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 ryżowa- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1899.41 kcal; Białko ogółem: 61.36 g; Tłuszcz: 46.85 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; Wapń: 213.45 mg; Żelazo: 11.52 mg; Potas: 3511.07 mg; Sól: 15.8 g; Fosfor: 917.96 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1382.74 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 120.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g; suma cukrów prostych: 26.69 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-10-20		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	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 , 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 1893.51 kcal; Białko ogółem: 60.02 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 315.01 g; Wapń: 200.42 mg; Żelazo: 10.51 mg; Potas: 3061.9 mg; Sól: 15.78 g; Fosfor: 887.73 mg; Witamina D: 3.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1369.31 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 90.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; suma cukrów prostych: 56.2 g;		
niedziela 2024-10-20		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 , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	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 , 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,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2634.02 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 89.47 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; Wapń: 857.78 mg; Żelazo: 13.05 mg; Potas: 4575.64 mg; Sól: 16.24 g; Fosfor: 1847.48 mg; Witamina D: 4.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1360.5 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 109.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.4 g; suma cukrów prostych: 71.67 g;		
niedziela 2024-10-20		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek 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: 2028.67 kcal; Białko ogółem: 74.1 g; Tłuszcz: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 315.7 g; Wapń: 210.79 mg; Żelazo: 11.15 mg; Potas: 3333.7 mg; Sól: 15.97 g; Fosfor: 1054.32 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1447.38 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 91.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 56.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów