

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>czwartek 2023-12-14</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa krakowska (50g) , Ogórek kiszony(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                    | <p>Zupa żurek z ziemniakami(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Kapusta czerwona zasmażana(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                 | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Musztarda (1szt-20g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2713.25 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; białko zwierzęce: 58.44 g; Tłuszcz: 107.2 g; Węglowodany ogółem: 367.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; Wapń: 936.86 mg; Żelazo: 14.8 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1193.59 ug; Sód: 3627.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.85 g; Sacharoza: 24.99 g; Cholesterol: 465.44 mg; Procent energii z białka: 14.18 %; Procent energii z tłuszczu: 34.16 %; Procent energii z węglowodanów: 47.24 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2023-12-14</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                              | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2450.73 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; białko zwierzęce: 72.21 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; Wapń: 1049.79 mg; Żelazo: 14.3 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2434.17 ug; Sód: 2139.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.67 g; Sacharoza: 28.75 g; Cholesterol: 427.26 mg; Procent energii z białka: 17.89 %; Procent energii z tłuszczu: 25.5 %; Procent energii z węglowodanów: 52.41 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2023-12-14</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                          | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2347.93 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; białko zwierzęce: 73.21 g; Tłuszcz: 72.2 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; Wapń: 1111.63 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2420.67 ug; Sód: 1837.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.32 g; Sacharoza: 24.65 g; Cholesterol: 449.36 mg; Procent energii z białka: 18.57 %; Procent energii z tłuszczu: 25.94 %; Procent energii z węglowodanów: 50.37 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) ( <b>JAJ</b>,), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                            | <p>Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak gotowany(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                                                      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,), Kefir(200g) ( <b>MLE</b>,),</p>                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2206.63 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; białko zwierzęce: 69.8 g; Tłuszcz: 45.36 g; Węglowodany ogółem: 355.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Wapń: 1003.61 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2071.01 ug; Sód: 2080.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.04 g; Sacharoza: 25.12 g; Cholesterol: 196.24 mg; Procent energii z białka: 19.08 %; Procent energii z tłuszczu: 17.87 %; Procent energii z węglowodanów: 57.35 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,),</p>                                                                     | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>,), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>,), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2883.59 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; białko zwierzęce: 80.54 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 438.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; Wapń: 1371.31 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2463.78 ug; Sód: 2427.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.28 g; Sacharoza: 64.29 g; Cholesterol: 459.33 mg; Procent energii z białka: 16.99 %; Procent energii z tłuszczu: 24.41 %; Procent energii z węglowodanów: 57.36 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,),</p>                                                                               | <p>Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Szpinak gotowany(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony (150ml) ,</p>                                                                                 | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,),</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p>                                     |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2432.54 kcal; Białko ogółem: 108.7 g; białko zwierzęce: 66.74 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 362.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Wapń: 986.08 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2343.4 ug; Sód: 2142.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.76 g; Sacharoza: 42.18 g; Cholesterol: 422.38 mg; Procent energii z białka: 16.61 %; Procent energii z tłuszczu: 24.15 %; Procent energii z węglowodanów: 53.62 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                   | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>),</p>                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2253.24 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; białko zwierzęce: 69.29 g; Tłuszcz: 67.56 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Wapń: 870.71 mg; Żelazo: 13.9 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2394.53 ug; Sód: 1678.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.7 g; Sacharoza: 26.3 g; Cholesterol: 404.02 mg; Procent energii z białka: 18.48 %; Procent energii z tłuszczu: 25.63 %; Procent energii z węglowodanów: 51.38 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Kielbasa krakowska (50g) , Ogórek kiszony(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                        | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml ) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kapusta czerwona zasmażana(150g) , Kompot z owoców (200ml) , Kasza jęczmienna (180g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                               | <p>Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>), Musztarda (1szt-20g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>),</p>                                                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2489.81 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; białko zwierzęce: 55.52 g; Tłuszcz: 101.66 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Wapń: 759.72 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1171.49 ug; Sód: 3163.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.9 g; Sacharoza: 22.29 g; Cholesterol: 442.2 mg; Procent energii z białka: 14.47 %; Procent energii z tłuszczu: 35.3 %; Procent energii z węglowodanów: 45.47 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| czwartek 2023-12-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                               | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g)(2 porcje ) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2237.14 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; białko zwierzęce: 70.33 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g; Wapń: 938.06 mg; Żelazo: 14.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2381.03 ug; Sód: 1512.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.45 g; Sacharoza: 22.69 g; Cholesterol: 426.12 mg; Procent energii z białka: 18.88 %; Procent energii z tłuszczu: 25.27 %; Procent energii z węglowodanów: 50.46 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>piątek 2023-12-15</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                      | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Schab w cieście(80g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                        | <p>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ogonówka (70g) ( <b>SOJ,</b>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2648.79 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; białko zwierzęce: 55.89 g; Tłuszcz: 107.12 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; Wapń: 877.82 mg; Żelazo: 11.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2302.01 ug; Sód: 2119.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.66 g; Sacharoza: 24.41 g; Cholesterol: 297.25 mg; Procent energii z białka: 14.29 %; Procent energii z tłuszczu: 35.03 %; Procent energii z węglowodanów: 44.84 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>piątek 2023-12-15</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                                             | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szyinka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mus z jabłka (100g) ,</p>                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2730.4 kcal; Białko ogółem: 134.83 g; białko zwierzęce: 89.2 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 375.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g; Wapń: 978.9 mg; Żelazo: 12.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2819.63 ug; Sód: 2190.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.04 g; Sacharoza: 16.49 g; Cholesterol: 460.29 mg; Procent energii z białka: 19.68 %; Procent energii z tłuszczu: 28.75 %; Procent energii z węglowodanów: 48.9 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>piątek 2023-12-15</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                         | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szyinka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mus z jabłka (100g) ,</p> |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2681.5 kcal; Białko ogółem: 135.42 g; białko zwierzęce: 87.46 g; Tłuszcz: 84.15 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Wapń: 945.24 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.83 ug; Sód: 2192.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; Sacharoza: 14.29 g; Cholesterol: 455.49 mg; Procent energii z białka: 20.01 %; Procent energii z tłuszczu: 27.7 %; Procent energii z węglowodanów: 48.99 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2023-12-15</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Twaróg chudy (40g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                                                                                                          | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew gotowana(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                   | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Risotto ze schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) ,                                                                                                                                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2211.75 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; białko zwierzęce: 79.87 g; Tłuszcz: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 369.6 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Wapń: 712.76 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4115.25 ug; Sód: 2257.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.63 g; Sacharoza: 16.99 g; Cholesterol: 289.04 mg; Procent energii z białka: 21.75 %; Procent energii z tłuszczu: 15.26 %; Procent energii z węglowodanów: 59.74 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2023-12-15</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,                                                      | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 3043.68 kcal; Białko ogółem: 146.3 g; białko zwierzęce: 97.39 g; Tłuszcz: 98.52 g; Węglowodany ogółem: 420.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; Wapń: 1300.54 mg; Żelazo: 13.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2759.37 ug; Sód: 2451.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.85 g; Sacharoza: 17.24 g; Cholesterol: 492.12 mg; Procent energii z białka: 19.52 %; Procent energii z tłuszczu: 28.78 %; Procent energii z węglowodanów: 51.7 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2023-12-15</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Twaróg chudy (40g) ( <b>MLE,</b> ), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),                                                           | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew gotowana(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z jabłka (150g) ,               | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto ze schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos z oregano (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),                                                                                                                                                              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2514.34 kcal; Białko ogółem: 127.5 g; białko zwierzęce: 88.73 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 368.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; Wapń: 995.56 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4273.65 ug; Sód: 2364.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.69 g; Sacharoza: 19.65 g; Cholesterol: 377.84 mg; Procent energii z białka: 20.29 %; Procent energii z tłuszczu: 23.45 %; Procent energii z węglowodanów: 53.49 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2023-12-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                                                | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) ,                                                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2554.06 kcal; Białko ogółem: 129.7 g; białko zwierzęce: 86.68 g; Tłuszcz: 84.43 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Wapń: 846.52 mg; Żelazo: 12.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2771.99 ug; Sód: 2155.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Sacharoza: 17.96 g; Cholesterol: 433.05 mg; Procent energii z białka: 20.26 %; Procent energii z tłuszczu: 28.83 %; Procent energii z węglowodanów: 48.24 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| piątek 2023-12-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Dżem (25g) op ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), Roszponka (7g) ,                                                              | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Schab w cieście(80g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                        | Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Ogonówka (70g) ( <b>SOJ,</b> ), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ), Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2472.45 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; białko zwierzęce: 53.37 g; Tłuszcz: 102.74 g; Węglowodany ogółem: 309.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; Wapń: 745.44 mg; Żelazo: 11.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2254.37 ug; Sód: 2084.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.6 g; Sacharoza: 25.88 g; Cholesterol: 270.01 mg; Procent energii z białka: 14.42 %; Procent energii z tłuszczu: 35.42 %; Procent energii z węglowodanów: 43.67 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| piątek 2023-12-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                           | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2525.16 kcal; Białko ogółem: 131.72 g; białko zwierzęce: 86.38 g; Tłuszcz: 80.7 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g; Wapń: 863.42 mg; Żelazo: 14.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2739.99 ug; Sód: 2175.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.06 g; Sacharoza: 16.06 g; Cholesterol: 430.65 mg; Procent energii z białka: 20.65 %; Procent energii z tłuszczu: 27.66 %; Procent energii z węglowodanów: 48.16 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Roszponka (7g) ,</p>                           | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kasza gryczana (180g) , Ćwikła (150g) ( <b>MLE</b>,), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU</b>,),</p>                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2948.79 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; białko zwierzęce: 77.02 g; Tłuszcz: 120.17 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; Wapń: 770.5 mg; Żelazo: 18.9 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3057.96 ug; Sód: 1872.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.81 g; Sacharoza: 47.19 g; Cholesterol: 696.04 mg; Procent energii z białka: 16.19 %; Procent energii z tłuszczu: 35.12 %; Procent energii z węglowodanów: 44.15 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                 | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                              | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>,), Ser żółty(20g) ( <b>MLE</b>,), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU</b>,),</p>                                                                                                                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2760.33 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 62.81 g; Tłuszcz: 102.41 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Wapń: 729.7 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1898.51 ug; Sód: 3115.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.01 g; Sacharoza: 49.83 g; Cholesterol: 507.34 mg; Procent energii z białka: 14.03 %; Procent energii z tłuszczu: 32.09 %; Procent energii z węglowodanów: 50 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Roszponka (7g) ,</p>                                                                             | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                             | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>,), Ser żółty(20g) ( <b>MLE</b>,), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>,), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2363.29 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; białko zwierzęce: 73.54 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 323.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Wapń: 998 mg; Żelazo: 17.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1868.05 ug; Sód: 3131.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Sacharoza: 27.76 g; Cholesterol: 485.69 mg; Procent energii z białka: 17.39 %; Procent energii z tłuszczu: 29.53 %; Procent energii z węglowodanów: 47.85 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja(40g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                                                                                                    | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos majerankowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chrupki kukurydziane(20g) ( <b>OZ, ORZ,</b>),</p>                                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1881.7 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; białko zwierzęce: 67.99 g; Tłuszcz: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 313.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g; Wapń: 627.96 mg; Żelazo: 14.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1556.05 ug; Sód: 2239.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.04 g; Sacharoza: 32.07 g; Cholesterol: 208.34 mg; Procent energii z białka: 20.57 %; Procent energii z tłuszczu: 15.8 %; Procent energii z węglowodanów: 59.23 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p style="text-align: center;"><b>sobota 2023-12-16</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka blanszowana ( 30 g ) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),</p>                                                                                         | <p>Kompot z owoców (200ml) , Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b>), Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2953.97 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; białko zwierzęce: 70.66 g; Tłuszcz: 110.33 g; Węglowodany ogółem: 401.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; Wapń: 1035.66 mg; Żelazo: 16.8 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1891.69 ug; Sód: 3186.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.35 g; Sacharoza: 49.98 g; Cholesterol: 538.21 mg; Procent energii z białka: 14.58 %; Procent energii z tłuszczu: 32.52 %; Procent energii z węglowodanów: 51.74 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p style="text-align: center;"><b>sobota 2023-12-16</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka blanszowana ( 30 g ) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                    | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos majerankowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b>),</p>                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2617.68 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; białko zwierzęce: 62.33 g; Tłuszcz: 100.28 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Wapń: 705.65 mg; Żelazo: 15.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1936.81 ug; Sód: 2730.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.44 g; Sacharoza: 46.65 g; Cholesterol: 506.14 mg; Procent energii z białka: 14.18 %; Procent energii z tłuszczu: 33.13 %; Procent energii z węglowodanów: 48.7 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |



## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 50g ) ,<br>Marchewka - słupki (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozsponka (7g) ,                                                                                                 | Zupa pejzanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                      | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br>Ketchup(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b> ),                                                                                                                                                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2585.19 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; białko zwierzęce: 60.29 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Wapń: 599.42 mg; Żelazo: 16.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1850.87 ug; Sód: 3079.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.95 g; Sacharoza: 51.27 g; Cholesterol: 480.1 mg; Procent energii z białka: 14.28 %; Procent energii z tłuszczu: 32.41 %; Procent energii z węglowodanów: 49.29 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Papryka czerwona II(30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozsponka (7g) ,                                                               | Zupa pejzanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br>Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kasza gryczana (180g) , Cwikła (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b> ),                                                                                                                                                                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2773.65 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; białko zwierzęce: 74.5 g; Tłuszcz: 115.97 g; Węglowodany ogółem: 345.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g; Wapń: 640.22 mg; Żelazo: 18.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3010.32 ug; Sód: 1837.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.75 g; Sacharoza: 48.63 g; Cholesterol: 668.8 mg; Procent energii z białka: 16.56 %; Procent energii z tłuszczu: 35.64 %; Procent energii z węglowodanów: 43.13 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| sobota 2023-12-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb graham (2 kromki)(100g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozsponka (7g) ,                                                                   | Zupa pejzanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,                                     | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2220.95 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; białko zwierzęce: 72.5 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Wapń: 924.08 mg; Żelazo: 18.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1825.21 ug; Sód: 3245.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.38 g; Sacharoza: 29.68 g; Cholesterol: 460.85 mg; Procent energii z białka: 18.79 %; Procent energii z tłuszczu: 29.89 %; Procent energii z węglowodanów: 49.48 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b>,), Ogórek kiszony(50g)</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                                                          | <p>Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) ( <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy ( <b>MLE</b>,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>,),</p>         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2413.76 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; białko zwierzęce: 71.27 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 373.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; Wapń: 708.69 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3770.48 ug; Sód: 2768.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; Sacharoza: 32.67 g; Cholesterol: 231.64 mg; Procent energii z białka: 19.36 %; Procent energii z tłuszczu: 22.31 %; Procent energii z węglowodanów: 53.41 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                            | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy ( <b>MLE</b>,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>,),</p>                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2418.6 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; białko zwierzęce: 67.81 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Wapń: 630.16 mg; Żelazo: 14.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1635.34 ug; Sód: 2603.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Sacharoza: 33.91 g; Cholesterol: 300.24 mg; Procent energii z białka: 16.42 %; Procent energii z tłuszczu: 26.13 %; Procent energii z węglowodanów: 51.44 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                   | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny ( <b>MLE</b>,), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2287.06 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; białko zwierzęce: 74.45 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; Wapń: 842.07 mg; Żelazo: 16.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1804.63 ug; Sód: 2617.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.73 g; Sacharoza: 14.93 g; Cholesterol: 314.19 mg; Procent energii z białka: 19.21 %; Procent energii z tłuszczu: 26.03 %; Procent energii z węglowodanów: 47.63 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                                                                                                           | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g)</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b>), Brzoskwinia z puszki (45g) ,</p>                                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2183.97 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; białko zwierzęce: 75.14 g; Tłuszcz: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 364.8 g; Błonnik pokarmowy: 26 g; Wapń: 873.51 mg; Żelazo: 13.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1579.24 ug; Sód: 2912.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.06 g; Sacharoza: 49.42 g; Cholesterol: 178.34 mg; Procent energii z białka: 20.62 %; Procent energii z tłuszczu: 14.67 %; Procent energii z węglowodanów: 60.13 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,</p>                         | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g)</p>                           | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2587.25 kcal; Białko ogółem: 109.6 g; białko zwierzęce: 75.52 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 374.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; Wapń: 924.76 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1701.16 ug; Sód: 2696.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.78 g; Sacharoza: 48.14 g; Cholesterol: 330.87 mg; Procent energii z białka: 16.39 %; Procent energii z tłuszczu: 26.37 %; Procent energii z węglowodanów: 54.37 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony do picia (250ml) ,</p>         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2268.19 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; białko zwierzęce: 71.61 g; Tłuszcz: 62.01 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; Wapń: 618.47 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1739.73 ug; Sód: 2842.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Sacharoza: 45.32 g; Cholesterol: 252.74 mg; Procent energii z białka: 17.64 %; Procent energii z tłuszczu: 23.59 %; Procent energii z węglowodanów: 54.41 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ,),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,),<br>Paszтет drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ,),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Pomidor(50g)(VII-X) ,                                        | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,                                                                   | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE</b> ,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ,),                                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2239.71 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; białko zwierzęce: 66.73 g; Tłuszcz: 68.84 g; Węglowodany ogółem: 312.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Wapń: 551.08 mg; Żelazo: 13.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1592.5 ug; Sód: 2180.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.44 g; Sacharoza: 33.26 g; Cholesterol: 275.4 mg; Procent energii z białka: 17.07 %; Procent energii z tłuszczu: 26.05 %; Procent energii z węglowodanów: 50.4 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ,),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b> ,), Ogórek kiszony(50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                          | Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ,), Kompot z owoców (200ml) , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Kasza jaglana (180g) , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) ( <b>MLE</b> ,),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE</b> ,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ,),                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2234.87 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; białko zwierzęce: 70.19 g; Tłuszcz: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g; Wapń: 629.61 mg; Żelazo: 16.6 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3727.64 ug; Sód: 2344.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; Sacharoza: 32.02 g; Cholesterol: 206.8 mg; Procent energii z białka: 20.24 %; Procent energii z tłuszczu: 21.92 %; Procent energii z węglowodanów: 52.5 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2023-12-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ,),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Paszтет drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Pomidor(50g)(VII-X) ,                                     | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,                                                                   | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Skyr naturalny ( <b>MLE</b> ,), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL</b> ,), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2108.17 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; białko zwierzęce: 73.37 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 284.8 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g; Wapń: 762.99 mg; Żelazo: 15.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1761.79 ug; Sód: 2194.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.16 g; Sacharoza: 14.28 g; Cholesterol: 289.35 mg; Procent energii z białka: 20.13 %; Procent energii z tłuszczu: 25.93 %; Procent energii z węglowodanów: 46.19 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg półtłusty (60g) ( <b>MLE,</b>), Rzodkiewka (50g-4szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Ogórek kiszony(50g) ,</p>                                                                                      | <p>Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kotlet z karkówki panierowany (105g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                         | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Brukselka gotowana (80g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2916.42 kcal; Białko ogółem: 106.8 g; białko zwierzęce: 60.72 g; Tłuszcz: 132.78 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; Wapń: 1078.02 mg; Żelazo: 18.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1324.08 ug; Sód: 3065.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.85 g; Sacharoza: 28.76 g; Cholesterol: 304.06 mg; Procent energii z białka: 13.16 %; Procent energii z tłuszczu: 38.68 %; Procent energii z węglowodanów: 42.28 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                                                  | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2335.67 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; białko zwierzęce: 73.35 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; Wapń: 951.83 mg; Żelazo: 14.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1474.07 ug; Sód: 1948.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.72 g; Sacharoza: 30.98 g; Cholesterol: 502.66 mg; Procent energii z białka: 17.25 %; Procent energii z tłuszczu: 24.91 %; Procent energii z węglowodanów: 49.39 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                              | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2220.77 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; białko zwierzęce: 70.36 g; Tłuszcz: 68.56 g; Węglowodany ogółem: 316.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Wapń: 907.17 mg; Żelazo: 15.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1437.27 ug; Sód: 1733.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30 g; Sacharoza: 28.63 g; Cholesterol: 497.86 mg; Procent energii z białka: 17.56 %; Procent energii z tłuszczu: 24.39 %; Procent energii z węglowodanów: 48.33 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                                                                                       | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/> Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                              | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Twaróg chudy (30g) ( <b>MLE,</b>),<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/> Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1927.96 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; białko zwierzęce: 67.1 g; Tłuszcz: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 308.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; Wapń: 723.61 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1089.41 ug; Sód: 1772.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.22 g; Sacharoza: 30.9 g; Cholesterol: 247.64 mg; Procent energii z białka: 21.39 %; Procent energii z tłuszczu: 17.75 %; Procent energii z węglowodanów: 56.26 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p style="text-align: center;"><b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Brokuł gotowany (50g) ,</p>                                                             | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószane ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/> Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/> Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2554.57 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; białko zwierzęce: 80.72 g; Tłuszcz: 81.19 g; Węglowodany ogółem: 357.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; Wapń: 1267 mg; Żelazo: 15.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1579.03 ug; Sód: 1832.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.7 g; Sacharoza: 51 g; Cholesterol: 532.33 mg; Procent energii z białka: 17.54 %; Procent energii z tłuszczu: 25.39 %; Procent energii z węglowodanów: 51.82 %;</p>        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p style="text-align: center;"><b>poniedziałek 2023-12-18</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                                                                         | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/> Budyń słodzony (150ml) ( <b>MLE,</b>),</p>                     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/> Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2385.07 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; białko zwierzęce: 77.06 g; Tłuszcz: 76.32 g; Węglowodany ogółem: 329.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Wapń: 1080.88 mg; Żelazo: 14.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1455.75 ug; Sód: 1809.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; Sacharoza: 46.16 g; Cholesterol: 518.03 mg; Procent energii z białka: 17.36 %; Procent energii z tłuszczu: 25.27 %; Procent energii z węglowodanów: 49.06 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2023-12-18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona(10g) ,                                           | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2174.03 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; białko zwierzęce: 72.27 g; Tłuszcz: 68.6 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; Wapń: 859.35 mg; Żelazo: 13.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1431.23 ug; Sód: 1932.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.96 g; Sacharoza: 32.51 g; Cholesterol: 477.82 mg; Procent energii z białka: 17.66 %; Procent energii z tłuszczu: 24.03 %; Procent energii z węglowodanów: 49.25 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| poniedziałek 2023-12-18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Twaróg półtłusty (60g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Rzodkiewka (50g-4szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 30g ) , Ogórek kiszony(50g) ,                                                                                | Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kotlet z karkówki panierowany (105g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,                                 | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Brukselka gotowana (80g) ,<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2754.78 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; białko zwierzęce: 59.64 g; Tłuszcz: 127.56 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Wapń: 985.54 mg; Żelazo: 16.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1281.24 ug; Sód: 3049.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.09 g; Sacharoza: 30.29 g; Cholesterol: 279.22 mg; Procent energii z białka: 13.24 %; Procent energii z tłuszczu: 38.77 %; Procent energii z węglowodanów: 41.73 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| poniedziałek 2023-12-18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona(10g) ,                 | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2059.03 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; białko zwierzęce: 69.28 g; Tłuszcz: 63.34 g; Węglowodany ogółem: 288.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Wapń: 814.25 mg; Żelazo: 14.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1394.43 ug; Sód: 1716.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.24 g; Sacharoza: 30.16 g; Cholesterol: 473.02 mg; Procent energii z białka: 18.04 %; Procent energii z tłuszczu: 23.45 %; Procent energii z węglowodanów: 48.15 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>wtorek 2023-12-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Ogórek świeży (II) (50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                      | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pieczeń rzymska z łopatki(75g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos czosnkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Makaron pełnoziarnisty (180g) , Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) ( <b>MLE, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka żydowska z jajem(150g) ( <b>JAJ, MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2560.85 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; białko zwierzęce: 53.08 g; Tłuszcz: 94.66 g; Węglowodany ogółem: 363.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; Wapń: 915.26 mg; Żelazo: 15.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4113.43 ug; Sód: 2747.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.18 g; Sacharoza: 30.04 g; Cholesterol: 503.14 mg; Procent energii z białka: 12.86 %; Procent energii z tłuszczu: 30.96 %; Procent energii z węglowodanów: 41.35 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>wtorek 2023-12-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) , Herbata (200ml) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                                             | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p>                                                 | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2404.18 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; białko zwierzęce: 83 g; Tłuszcz: 69.61 g; Węglowodany ogółem: 349.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Wapń: 976.7 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3156.32 ug; Sód: 2684.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.17 g; Sacharoza: 35.3 g; Cholesterol: 368.64 mg; Procent energii z białka: 19.99 %; Procent energii z tłuszczu: 25.54 %; Procent energii z węglowodanów: 51.53 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>wtorek 2023-12-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) , Herbata bez cukru(200ml) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                         | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) ,</p>                                                 | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.-55g ) ( <b>GLU,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2399.04 kcal; Białko ogółem: 131.41 g; białko zwierzęce: 93.78 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.4 g; Wapń: 1051.35 mg; Żelazo: 15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3145.86 ug; Sód: 2651.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; Sacharoza: 26.24 g; Cholesterol: 406.74 mg; Procent energii z białka: 21.76 %; Procent energii z tłuszczu: 26.37 %; Procent energii z węglowodanów: 48.2 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>wtorek 2023-12-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                                                   | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p>                     | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) , Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2224.04 kcal; Białko ogółem: 129.87 g; białko zwierzęce: 95.38 g; Tłuszcz: 47.74 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.6 g; Wapń: 905.18 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1742.52 ug; Sód: 2433.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.16 g; Sacharoza: 34.64 g; Cholesterol: 295.24 mg; Procent energii z białka: 23.43 %; Procent energii z tłuszczu: 18.86 %; Procent energii z węglowodanów: 54.6 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2023-12-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (250ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2715.11 kcal; Białko ogółem: 131.73 g; białko zwierzęce: 91.19 g; Tłuszcz: 79.21 g; Węglowodany ogółem: 395.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Wapń: 1297.14 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3228.45 ug; Sód: 2944.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; Sacharoza: 36.05 g; Cholesterol: 400.47 mg; Procent energii z białka: 19.72 %; Procent energii z tłuszczu: 25.88 %; Procent energii z węglowodanów: 54.22 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2023-12-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztecik z drobiu (40g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                                  | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony (150ml) ,</p>                                               | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Sałata zielona II (30g) , Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2374.63 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; białko zwierzęce: 79.08 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; Wapń: 909.45 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2207.02 ug; Sód: 2615.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.58 g; Sacharoza: 39.36 g; Cholesterol: 317.84 mg; Procent energii z białka: 19.11 %; Procent energii z tłuszczu: 26.18 %; Procent energii z węglowodanów: 51.81 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2023-12-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) , Herbata (200ml) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                                            | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,                                                 | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) , Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                                                                                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2249.14 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; białko zwierzęce: 81.92 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Wapń: 897.42 mg; Żelazo: 12.8 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3113.48 ug; Sód: 2667.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Sacharoza: 37.04 g; Cholesterol: 343.8 mg; Procent energii z białka: 20.81 %; Procent energii z tłuszczu: 25.41 %; Procent energii z węglowodanów: 50.71 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| wtorek 2023-12-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Ogórek świeży (II) (50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                     | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Pieczeń rzymska z łopatki(75g) ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos czosnkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) ,<br>Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Sałatka żydowska z jajem(150g) ( <b>JAJ, MLE</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2405.81 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; białko zwierzęce: 52 g; Tłuszcz: 91.39 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.3 g; Wapń: 835.98 mg; Żelazo: 15.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4070.59 ug; Sód: 2730.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; Sacharoza: 31.78 g; Cholesterol: 478.3 mg; Procent energii z białka: 13.18 %; Procent energii z tłuszczu: 31.24 %; Procent energii z węglowodanów: 39.98 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| wtorek 2023-12-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) , Herbata bez cukru(200ml) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                        | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) ,                                                 | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ), Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.-55g ) ( <b>GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2243.9 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; białko zwierzęce: 92.7 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 303.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Wapń: 971.63 mg; Żelazo: 14.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3103.02 ug; Sód: 2634.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.94 g; Sacharoza: 27.98 g; Cholesterol: 381.9 mg; Procent energii z białka: 22.69 %; Procent energii z tłuszczu: 26.29 %; Procent energii z węglowodanów: 47.13 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2023-12-20</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(60g) ( <b>MLE,</b>), Papryka czerwona(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                               | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) ( <b>MLE, SEL,</b>), Udo z kurczaka pieczone(200g) , Ziemniaki (220g) , Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                                                                                                    | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa śląska z wody (100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Musztarda (1szt-20g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2680.31 kcal; Białko ogółem: 142.97 g; białko zwierzęce: 106.66 g; Tłuszcz: 105.47 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; Wapń: 874.7 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1283.51 ug; Sód: 3587.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.35 g; Sacharoza: 20.21 g; Cholesterol: 469.04 mg; Procent energii z białka: 21.13 %; Procent energii z tłuszczu: 34.66 %; Procent energii z węglowodanów: 40.97 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2023-12-20</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                          | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                     | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanek królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                     |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2594.33 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; białko zwierzęce: 73.52 g; Tłuszcz: 95.62 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Wapń: 904.94 mg; Żelazo: 15.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2519.42 ug; Sód: 2526.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.01 g; Sacharoza: 32.4 g; Cholesterol: 496.86 mg; Procent energii z białka: 16.16 %; Procent energii z tłuszczu: 31.77 %; Procent energii z węglowodanów: 46.36 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2023-12-20</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Mus z jabłka ( 50g ) ,</p>                                                               | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanek królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) , Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2422.18 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; białko zwierzęce: 77.31 g; Tłuszcz: 82.67 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Wapń: 877.64 mg; Żelazo: 16.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2462.57 ug; Sód: 3149.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.65 g; Sacharoza: 17.34 g; Cholesterol: 466.56 mg; Procent energii z białka: 17.75 %; Procent energii z tłuszczu: 29.35 %; Procent energii z węglowodanów: 46.21 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2023-12-20</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                                                       | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Połędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>               | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica drobiowa (70g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Seler blanszowany(50g) ( <b>SEL,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                                                                               |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1842.25 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; białko zwierzęce: 73.1 g; Tłuszcz: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 311.4 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; Wapń: 943.42 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2100.42 ug; Sód: 2370.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.53 g; Sacharoza: 32.94 g; Cholesterol: 157.86 mg; Procent energii z białka: 22.54 %; Procent energii z tłuszczu: 12.56 %; Procent energii z węglowodanów: 60.33 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>środa 2023-12-20</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                      | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Połędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanka królewska (110g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2787.67 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; białko zwierzęce: 81.37 g; Tłuszcz: 102.09 g; Węglowodany ogółem: 369.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Wapń: 1153.02 mg; Żelazo: 14.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1951.43 ug; Sód: 2680.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.01 g; Sacharoza: 37.16 g; Cholesterol: 527.71 mg; Procent energii z białka: 16.48 %; Procent energii z tłuszczu: 31.74 %; Procent energii z węglowodanów: 49 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>środa 2023-12-20</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Mus z dyni i jabłka ,</p>                                            | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Połędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos z oregano (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z bananem słodzony (150ml) ,</p>                    | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanka królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2509.87 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; białko zwierzęce: 71.15 g; Tłuszcz: 87.67 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.8 g; Wapń: 824.85 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4058.63 ug; Sód: 2457.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.63 g; Sacharoza: 52.04 g; Cholesterol: 315.89 mg; Procent energii z białka: 15.69 %; Procent energii z tłuszczu: 30.79 %; Procent energii z węglowodanów: 48.43 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2023-12-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 30g ) ,<br>Dżem (25g) op ,                                                                                            | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Polędwica wieprzowa duszona(70g) ,<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ),<br>Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                     | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ),<br>Mieszanka królewska (110g) ,<br>Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2432.39 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; białko zwierzęce: 72.44 g; Tłuszcz: 92.14 g; Węglowodany ogółem: 306.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; Wapń: 822.96 mg; Żelazo: 15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2476.58 ug; Sód: 2510.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.58 g; Sacharoza: 34.17 g; Cholesterol: 472.02 mg; Procent energii z białka: 16.52 %; Procent energii z tłuszczu: 32.1 %; Procent energii z węglowodanów: 45.39 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| środa 2023-12-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b> ),<br>Papryka czerwona(30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 30g ) ,<br>Roszponka (7g) ,                                                                                                 | Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) ( <b>MLE, SEL</b> ),<br>Udo z kurczaka pieczone(200g) ,<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                                                                                                       | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiełbasa śląska z wody (100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Musztarda (1szt-20g) ,<br>Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2518.37 kcal; Białko ogółem: 138.68 g; białko zwierzęce: 105.58 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 289.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Wapń: 792.72 mg; Żelazo: 13.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1240.67 ug; Sód: 3572.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.92 g; Sacharoza: 21.98 g; Cholesterol: 444.2 mg; Procent energii z białka: 21.78 %; Procent energii z tłuszczu: 35.14 %; Procent energii z węglowodanów: 39.64 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| środa 2023-12-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 30g ) ,<br>Mus z jabłką ( 50g ) ,                                                                 | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Polędwica wieprzowa duszona(70g) ,<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ),<br>Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) , | Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ),<br>Mieszanka królewska (110g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kanapka z szynką z indyka(1szt.70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2207.64 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; białko zwierzęce: 55.1 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 313.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Wapń: 647.26 mg; Żelazo: 16.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2413.33 ug; Sód: 2717.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Sacharoza: 19.28 g; Cholesterol: 423.32 mg; Procent energii z białka: 15.56 %; Procent energii z tłuszczu: 28.19 %; Procent energii z węglowodanów: 48.88 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2023-12-21</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Ogórek kiszony(50g) ,</p>                                                                         | <p>Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos własny (80ml) ( <b>GLU, OZ, SOJ, MLE, SEL, SO2,</b>), Kasza gryczana (180g) , Ćwikła (150g) ( <b>MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Ogonówka (50g) ( <b>SOJ,</b>), Sałata zielona II (10g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2345.88 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; białko zwierzęce: 44.89 g; Tłuszcz: 81.06 g; Węglowodany ogółem: 336.9 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Wapń: 987.75 mg; Żelazo: 16.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1011.46 ug; Sód: 2319.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.03 g; Sacharoza: 23.75 g; Cholesterol: 436.37 mg; Procent energii z białka: 14.64 %; Procent energii z tłuszczu: 28.99 %; Procent energii z węglowodanów: 48.64 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2023-12-21</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                         | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2339.2 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; białko zwierzęce: 56.13 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; Wapń: 1037.83 mg; Żelazo: 14.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2396.57 ug; Sód: 2444.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; Sacharoza: 30.75 g; Cholesterol: 378 mg; Procent energii z białka: 16.21 %; Procent energii z tłuszczu: 26.71 %; Procent energii z węglowodanów: 52.8 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2023-12-21</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                              | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2266.5 kcal; Białko ogółem: 96.4 g; białko zwierzęce: 54.37 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.62 g; Wapń: 998.68 mg; Żelazo: 15.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2359.77 ug; Sód: 2365.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.64 g; Sacharoza: 28.89 g; Cholesterol: 373.2 mg; Procent energii z białka: 16.34 %; Procent energii z tłuszczu: 25.55 %; Procent energii z węglowodanów: 52.99 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2023-12-21</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                                 | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                         | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) ( <b>MLE, SEL,</b>), Szyнка z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                                                                            |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2034.33 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; białko zwierzęce: 67.07 g; Tłuszcz: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 326.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Wapń: 891.14 mg; Żelazo: 13.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1606.33 ug; Sód: 2315.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.09 g; Sacharoza: 28.77 g; Cholesterol: 247.77 mg; Procent energii z białka: 19.96 %; Procent energii z tłuszczu: 19.94 %; Procent energii z węglowodanów: 56.25 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>czwartek 2023-12-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Brokuł gotowany (50g) ,</p>                                                               | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szyнка z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2382.91 kcal; Białko ogółem: 104.05 g; białko zwierzęce: 63.32 g; Tłuszcz: 74.2 g; Węglowodany ogółem: 355.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Wapń: 1336.71 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2328.17 ug; Sód: 2316.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Sacharoza: 30.26 g; Cholesterol: 395.03 mg; Procent energii z białka: 17.36 %; Procent energii z tłuszczu: 27.12 %; Procent energii z węglowodanów: 54.32 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>czwartek 2023-12-21</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt(.5 porcje ) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Brokuł gotowany (50g) ,</p>                                          | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                   | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szyнка z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                          |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2116.34 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; białko zwierzęce: 50.34 g; Tłuszcz: 64.88 g; Węglowodany ogółem: 322.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; Wapń: 864.78 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1929.68 ug; Sód: 2215.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.47 g; Sacharoza: 29.52 g; Cholesterol: 348.99 mg; Procent energii z białka: 16.12 %; Procent energii z tłuszczu: 26.47 %; Procent energii z węglowodanów: 52.91 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>),<br/>           Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>),<br/>           Roszponka (7g) ,</p>                                                                  | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>           Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) ,<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>),<br/>           Herbata (200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2141.71 kcal; Białko ogółem: 92.5 g; białko zwierzęce: 53.21 g; Tłuszcz: 66.67 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Wapń: 858.75 mg; Żelazo: 13.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2356.93 ug; Sód: 1983.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.29 g; Sacharoza: 28.3 g; Cholesterol: 354.76 mg; Procent energii z białka: 16.69 %; Procent energii z tłuszczu: 26.98 %; Procent energii z węglowodanów: 51.8 %;</p>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| czwartek 2023-12-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Ogórek kiszony(50g) ,</p>                                                                 | <p>Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),<br/>           Sos własny (80ml) ( <b>GLU, OZ, SOJ, MLE, SEL, SO2,</b>), Kasza gryczana (180g) , Cwikła (150g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Ogonówka (50g) ( <b>SOJ,</b>), Sałata zielona II (10g) , Herbata (200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2148.39 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; białko zwierzęce: 41.97 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 303.11 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Wapń: 808.67 mg; Żelazo: 16.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 971.82 ug; Sód: 1859.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Sacharoza: 21.3 g; Cholesterol: 413.13 mg; Procent energii z białka: 14.95 %; Procent energii z tłuszczu: 29.42 %; Procent energii z węglowodanów: 47.17 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| czwartek 2023-12-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>           Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) ,<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>),<br/>           Herbata bez cukru(200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2155.81 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; białko zwierzęce: 51.49 g; Tłuszcz: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 341.6 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g; Wapń: 825.55 mg; Żelazo: 15.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2320.13 ug; Sód: 2041.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.77 g; Sacharoza: 26.93 g; Cholesterol: 349.96 mg; Procent energii z białka: 16.56 %; Procent energii z tłuszczu: 24.86 %; Procent energii z węglowodanów: 53.26 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b>), Ogórek świeży(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa krakowska (30g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p>                                                                                                | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba (dorsz) smażona w cieście(90g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Surówka z kapusty kiszanej (150g) , Kompot z owoców (200ml) , Ziemniaki (220g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Pieczarki duszone(100g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2453.62 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; białko zwierzęce: 64.77 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 316.84 g; Błonnik pokarmowy: 36 g; Wapń: 989.45 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1718.38 ug; Sód: 2913.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.93 g; Sacharoza: 24.89 g; Cholesterol: 339.03 mg; Procent energii z białka: 17.54 %; Procent energii z tłuszczu: 34.71 %; Procent energii z węglowodanów: 44.15 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                           | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2081.72 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; białko zwierzęce: 67.92 g; Tłuszcz: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; Wapń: 790.02 mg; Żelazo: 9.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2148.58 ug; Sód: 2241.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.25 g; Sacharoza: 40.55 g; Cholesterol: 281.44 mg; Procent energii z białka: 19.99 %; Procent energii z tłuszczu: 21.65 %; Procent energii z węglowodanów: 55.01 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                               | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.- 55g ) ( <b>GLU,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2041.43 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; białko zwierzęce: 75.46 g; Tłuszcz: 51.96 g; Węglowodany ogółem: 306.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Wapń: 760.52 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2133.82 ug; Sód: 2167.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26 g; Sacharoza: 27.64 g; Cholesterol: 314.14 mg; Procent energii z białka: 21.86 %; Procent energii z tłuszczu: 22.38 %; Procent energii z węglowodanów: 51.58 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                                                 | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g) ,</p>                                                                     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                 |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2019.97 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; białko zwierzęce: 68.18 g; Tłuszcz: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Wapń: 791.27 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1905.03 ug; Sód: 2444.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.35 g; Sacharoza: 49.08 g; Cholesterol: 208.24 mg; Procent energii z białka: 21.2 %; Procent energii z tłuszczu: 12.22 %; Procent energii z węglowodanów: 63.19 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p style="text-align: center;"><b>piątek 2023-12-22</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                                                                                 | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet rybny z miruny (70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</b>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2558.06 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; białko zwierzęce: 76.74 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 395.7 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Wapń: 1148.07 mg; Żelazo: 10.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2533 ug; Sód: 2645.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.54 g; Sacharoza: 57.79 g; Cholesterol: 331.27 mg; Procent energii z białka: 18.77 %; Procent energii z tłuszczu: 22.76 %; Procent energii z węglowodanów: 58 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p style="text-align: center;"><b>piątek 2023-12-22</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Mus z jabłka (150g) , Herbata (200ml) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (30g) ,</p>                                                                                                                                                          | <p>Zupa wiejska z makaronem bez konc.pomid.z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Chrupki kukurydziane(20g) ( <b>OZ, ORZ,</b>),</p>                                           | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g)(2 porcje) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) , Herbata (200ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2115.42 kcal; Białko ogółem: 117.5 g; białko zwierzęce: 75.45 g; Tłuszcz: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 371.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.9 g; Wapń: 733.56 mg; Żelazo: 11.4 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4142.47 ug; Sód: 2589.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.67 g; Sacharoza: 35.05 g; Cholesterol: 238.93 mg; Procent energii z białka: 22.28 %; Procent energii z tłuszczu: 12.36 %; Procent energii z węglowodanów: 62.2 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b> ), Dżem (40g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,                                                                                                                          | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1925.48 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; białko zwierzęce: 66.84 g; Tłuszcz: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; Wapń: 708.64 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2105.74 ug; Sód: 2225.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.82 g; Sacharoza: 42.32 g; Cholesterol: 256.6 mg; Procent energii z białka: 20.83 %; Procent energii z tłuszczu: 21.13 %; Procent energii z węglowodanów: 54.44 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser topiony(50g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ogórek świeży(50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiełbasa krakowska (30g) , Papryka czerwona II(30g) ,                                                                                         | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Ryba (dorsz) smażona w cieście(90g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br>Surówka z kapusty kiszzonej (150g) ,<br>Ziemniaki (220g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,                                            | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL</b> ),<br>Pieczeniaki duszone(100g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2297.38 kcal; Białko ogółem: 105.6 g; białko zwierzęce: 63.69 g; Tłuszcz: 93.52 g; Węglowodany ogółem: 287.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Wapń: 908.07 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1675.54 ug; Sód: 2897.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.5 g; Sacharoza: 26.66 g; Cholesterol: 314.19 mg; Procent energii z białka: 18.05 %; Procent energii z tłuszczu: 35.09 %; Procent energii z węglowodanów: 42.85 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| piątek 2023-12-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b> ),<br>Powidła z jabłka z cynamonem (50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,                                                                        | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.- 55g ) ( <b>GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1885.09 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; białko zwierzęce: 74.38 g; Tłuszcz: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; Wapń: 678.7 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2090.98 ug; Sód: 2150.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.57 g; Sacharoza: 29.41 g; Cholesterol: 289.3 mg; Procent energii z białka: 22.85 %; Procent energii z tłuszczu: 21.87 %; Procent energii z węglowodanów: 50.64 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>sobota 2023-12-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                     | <p>Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Udo z kurczaka pieczone(200g) , Ryż po afgańsku(180g) ( <b>GLU,</b>), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                                                | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa śląska pieczona(100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) , Musztarda (1szt-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2631.04 kcal; Białko ogółem: 129.14 g; białko zwierzęce: 84.64 g; Tłuszcz: 105.46 g; Węglowodany ogółem: 319.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Wapń: 916.44 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1611.88 ug; Sód: 2593.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.04 g; Sacharoza: 23.28 g; Cholesterol: 411.57 mg; Procent energii z białka: 17.02 %; Procent energii z tłuszczu: 32.89 %; Procent energii z węglowodanów: 41.54 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>sobota 2023-12-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                                | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2687.17 kcal; Białko ogółem: 122.96 g; białko zwierzęce: 78.43 g; Tłuszcz: 107.34 g; Węglowodany ogółem: 328.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; Wapń: 979.42 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1656.33 ug; Sód: 2378.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.18 g; Sacharoza: 25.67 g; Cholesterol: 398.57 mg; Procent energii z białka: 15.83 %; Procent energii z tłuszczu: 32.93 %; Procent energii z węglowodanów: 43.48 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>sobota 2023-12-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                            | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) ,</p>                                                                          |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2663.17 kcal; Białko ogółem: 142.94 g; białko zwierzęce: 101.24 g; Tłuszcz: 110.12 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Wapń: 1090.81 mg; Żelazo: 12.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1640.18 ug; Sód: 2932.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.51 g; Sacharoza: 18.8 g; Cholesterol: 423.77 mg; Procent energii z białka: 18.85 %; Procent energii z tłuszczu: 34.07 %; Procent energii z węglowodanów: 38.5 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                                                  | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Surówka z selera z jabłkiem na winno(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>               | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) ,</p>                                                                                                                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2066.29 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; białko zwierzęce: 78.6 g; Tłuszcz: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; Wapń: 690.64 mg; Żelazo: 10.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1213.91 ug; Sód: 2308.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.46 g; Sacharoza: 28.41 g; Cholesterol: 296.57 mg; Procent energii z białka: 22.1 %; Procent energii z tłuszczu: 15.6 %; Procent energii z węglowodanów: 56.33 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                             | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Ziemniaki (220g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                                                    | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 3043.65 kcal; Białko ogółem: 135.52 g; białko zwierzęce: 86.61 g; Tłuszcz: 117.29 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; Wapń: 1304.81 mg; Żelazo: 13.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1678.91 ug; Sód: 2654.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.93 g; Sacharoza: 31.75 g; Cholesterol: 430.4 mg; Procent energii z białka: 15.96 %; Procent energii z tłuszczu: 32.11 %; Procent energii z węglowodanów: 47.4 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                                                                                                             | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryż (180g) ( <b>GLU,</b>), Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Sałata zielona II (30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                                                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2167.68 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; białko zwierzęce: 74.41 g; Tłuszcz: 48.96 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; Wapń: 714.43 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1971.42 ug; Sód: 1790.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.76 g; Sacharoza: 29.42 g; Cholesterol: 275.17 mg; Procent energii z białka: 20.14 %; Procent energii z tłuszczu: 18.95 %; Procent energii z węglowodanów: 55.15 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ), Pomidorki<br>koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Szyńka<br>konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ</b> ,<br><b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Mus z dyni z cynamonem<br>b/c (50g) ,                       | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Udo z kurczaka<br>gotowane(200g) , Sos koperkowy z<br>koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU</b> ,<br><b>SEL</b> ), Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ), Brokuł<br>gotowany z olejem (150g) , Kompot z<br>owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                        | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3<br>kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra<br>(15g) ( <b>MLE</b> ), Serdelka z kurczaka na<br>gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ), Mozzarella<br>(30g) ( <b>MLE</b> ), Ketchup(1szt.-20g) ,<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki<br>Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ,<br><b>MLE</b> ),                                                                                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2528.83 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; białko zwierzęce: 77.35 g; Tłuszcz: 103.2 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; Wapń: 893.84 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1613.49 ug; Sód: 2168.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.56 g; Sacharoza: 27.17 g; Cholesterol: 373.73 mg; Procent energii z białka: 16.16 %; Procent energii z tłuszczu: 32.97 %; Procent energii z węglowodanów: 42.56 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szyńka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Mus z dyni z<br>cynamonem b/c (50g) ,               | Zupa ziemniaczana z cieciorą i<br>pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ),<br>Udo z kurczaka pieczone(200g) , Ryż<br>po afgańsku(180g) ( <b>GLU</b> ), Brokuł<br>gotowany z olejem (150g) , Kompot z<br>owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                                                           | Herbata (200ml) , Chleb pszenno -<br>żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ), Chleb<br>graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Kiełbasa<br>śląska pieczona(100g) ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> ,<br><b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), Mozzarella (30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) , Musztarda<br>(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki<br>Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ,<br><b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2472.7 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; białko zwierzęce: 83.56 g; Tłuszcz: 101.32 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Wapń: 830.86 mg; Żelazo: 12.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1569.04 ug; Sód: 2382.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.42 g; Sacharoza: 24.78 g; Cholesterol: 386.73 mg; Procent energii z białka: 17.43 %; Procent energii z tłuszczu: 32.93 %; Procent energii z węglowodanów: 40.47 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| sobota 2023-12-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka<br>grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szyńka konserwowa z indyka (50g) ( <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Mus z dyni z<br>cynamonem b/c (50g) ,   | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Udo z kurczaka<br>gotowane(200g) , Sos koperkowy z<br>koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU</b> ,<br><b>SEL</b> ), Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ), Brokuł<br>gotowany z olejem (150g) , Kompot z<br>owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z czarną porzeczką b/c<br>(150ml/10g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb<br>pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g)<br>( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g )<br>( <b>SOJ</b> ), Mozzarella (30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II<br>(10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kanapka z polędwicą<br>drobiową(1szt.-70g) ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ,<br><b>GOR</b> , <b>SO2</b> ),                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2453.93 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; białko zwierzęce: 79.53 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 287.7 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Wapń: 857.19 mg; Żelazo: 12.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1589.54 ug; Sód: 2323.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.66 g; Sacharoza: 20.45 g; Cholesterol: 379.53 mg; Procent energii z białka: 17.15 %; Procent energii z tłuszczu: 33.18 %; Procent energii z węglowodanów: 40.6 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b> ), Biskopty (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),                                                                                                           | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ), Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ), Krokiet z kapustą i pieczarkami (1 sztuka) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto marchewkowe (50g) ,                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2542.09 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; białko zwierzęce: 76.22 g; Tłuszcz: 83.51 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g; Wapń: 848.17 mg; Żelazo: 13.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2125.31 ug; Sód: 1455.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.45 g; Sacharoza: 29.7 g; Cholesterol: 526.24 mg; Procent energii z białka: 16.5 %; Procent energii z tłuszczu: 27.45 %; Procent energii z węglowodanów: 49.18 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b> ), Biskopty (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),                                                                                                                      | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ), Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                                         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2336.09 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; białko zwierzęce: 75.18 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Wapń: 786.87 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2135.71 ug; Sód: 1452.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.37 g; Sacharoza: 34.73 g; Cholesterol: 497.34 mg; Procent energii z białka: 17.49 %; Procent energii z tłuszczu: 23.46 %; Procent energii z węglowodanów: 52.85 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b> ),                                                                                                       | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ), Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2297.2 kcal; Białko ogółem: 117.46 g; białko zwierzęce: 77.89 g; Tłuszcz: 61.38 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; Wapń: 1088.79 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2127.52 ug; Sód: 1543.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Sacharoza: 22.32 g; Cholesterol: 475.95 mg; Procent energii z białka: 19.29 %; Procent energii z tłuszczu: 22.49 %; Procent energii z węglowodanów: 51.05 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2023-12-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                                                                           | <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b>), Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p> | <p>Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Herbata (200ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                               |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2041.68 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; białko zwierzęce: 77.09 g; Tłuszcz: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 350.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Wapń: 989.42 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1690.51 ug; Sód: 1592.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.97 g; Sacharoza: 24.7 g; Cholesterol: 125.34 mg; Procent energii z białka: 21.55 %; Procent energii z tłuszczu: 12.35 %; Procent energii z węglowodanów: 61.26 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>niedziela 2023-12-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b>), Biskopty (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),</p>                                                                                                                                                                             | <p>Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Kasza manna na mleku na gęsto z jabłkiem prażonym z żurawiną(225g/80g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p>                                                        | <p>Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b>), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2382.69 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; białko zwierzęce: 63.73 g; Tłuszcz: 73.06 g; Węglowodany ogółem: 355.3 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Wapń: 991.16 mg; Żelazo: 11.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2072.83 ug; Sód: 1506.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; Sacharoza: 32.99 g; Cholesterol: 543.97 mg; Procent energii z białka: 15.23 %; Procent energii z tłuszczu: 25.72 %; Procent energii z węglowodanów: 55.46 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>niedziela 2023-12-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b>), Biskopty (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),</p>                                                                                    | <p>Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony (150ml) ,</p>                     | <p>Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b>), Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2385.59 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; białko zwierzęce: 79.68 g; Tłuszcz: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; Wapń: 1009.88 mg; Żelazo: 11.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2121.25 ug; Sód: 1588.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Sacharoza: 50.4 g; Cholesterol: 538.44 mg; Procent energii z białka: 18.35 %; Procent energii z tłuszczu: 22.15 %; Procent energii z węglowodanów: 52.94 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |



## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2023-12-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b> ), Biskopity (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),                                                                                                      | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),<br>Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2303.05 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; białko zwierzęce: 74.58 g; Tłuszcz: 64.3 g; Węglowodany ogółem: 340.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Wapń: 726.39 mg; Żelazo: 12.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2102.07 ug; Sód: 1631.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.47 g; Sacharoza: 37.19 g; Cholesterol: 473.7 mg; Procent energii z białka: 17.76 %; Procent energii z tłuszczu: 22.67 %; Procent energii z węglowodanów: 53.26 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| niedziela 2023-12-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr owocowy ( <b>MLE,</b> ), Biskopity (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),                                                                                             | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),<br>Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Krokiot z kapustą i pieczarkami (1 sztuka) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto marchewkowe (50g) ,                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2473.85 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; białko zwierzęce: 75.17 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 352.35 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Wapń: 774.84 mg; Żelazo: 14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2082.47 ug; Sód: 1575.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Sacharoza: 31.93 g; Cholesterol: 501.4 mg; Procent energii z białka: 16.79 %; Procent energii z tłuszczu: 26.65 %; Procent energii z węglowodanów: 49.53 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| niedziela 2023-12-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Bułka grahamka (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Pasta z jaja z zieloną pietruszką(70g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Rozszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Skyr naturalny ( <b>MLE,</b> ),                                                                                       | Zupa królewska z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Makaron z serem twarogowym chudym (280g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),<br>Mus z jabłka z żurawiną i cynamonem (110g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami(400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2228.86 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; białko zwierzęce: 76.84 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 332.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Wapń: 1015.02 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2084.68 ug; Sód: 1662.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; Sacharoza: 24.55 g; Cholesterol: 451.11 mg; Procent energii z białka: 19.72 %; Procent energii z tłuszczu: 21.48 %; Procent energii z węglowodanów: 51.55 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>poniedziałek 2023-12-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,), Papryka czerwona II(30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ,), Dżem (50g) ,                                                                       | Zupa ogórkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ,), Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Ziemniaki (220g) , Surówka z jarzyn i jabłka z olejem(150g) ( <b>SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,     | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ,), Szyunka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Babka piaskowa (70g) ,                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2514.6 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; białko zwierzęce: 56 g; Tłuszcz: 82.04 g; Węglowodany ogółem: 382.13 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Wapń: 784.5 mg; Żelazo: 16.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3822.83 ug; Sód: 3203.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.27 g; Sacharoza: 50.69 g; Cholesterol: 394.44 mg; Procent energii z białka: 15.36 %; Procent energii z tłuszczu: 28.57 %; Procent energii z węglowodanów: 52.5 %;       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>poniedziałek 2023-12-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ,), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Dżem (50g) ,                                                                                       | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Kasza jaglana (180g) , Surówka z jarzyn i jabłka z olejem(150g) ( <b>SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,     | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ,), Szyunka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Babka piaskowa (70g) ,                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2587.2 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; białko zwierzęce: 59.64 g; Tłuszcz: 84.22 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g; Wapń: 800.85 mg; Żelazo: 17.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3736.51 ug; Sód: 2419.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Sacharoza: 49.88 g; Cholesterol: 445.47 mg; Procent energii z białka: 15.53 %; Procent energii z tłuszczu: 28.41 %; Procent energii z węglowodanów: 52.88 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>poniedziałek 2023-12-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ,), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ,), Polędwica sopocka ( 30g ) , Jabłko (1szt.-ok.130g) ,                                                           | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z jarzyn i jabłka blanszowana (150g) ( <b>SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ,), Szyunka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ,), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Wafle razowe (20g) ( <b>ORZ</b> ,), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2272.3 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; białko zwierzęce: 55.69 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 344.6 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; Wapń: 724.79 mg; Żelazo: 18.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3594.01 ug; Sód: 2806.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.81 g; Sacharoza: 23 g; Cholesterol: 398.27 mg; Procent energii z białka: 16.32 %; Procent energii z tłuszczu: 27.62 %; Procent energii z węglowodanów: 51.51 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>poniedziałek 2023-12-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <i>MLE</i> ,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <i>GLU</i> , <i>MLE</i> ,), Bułka pszenna (60g) ( <i>GLU</i> ,), Połędwica sopocka ( 50g ) , Pomidor(50g)(XI-VI)<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <i>GLU</i> ,), Skyr naturalny ( <i>MLE</i> ,), Dżem (50g)                                                                                                                                                                    | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <i>GLU</i> , <i>SEL</i> ,), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <i>GLU</i> ,), Kasza jaglana (180g) , Surówka z jarzyn i jabłka z olejem(150g) ( <i>SEL</i> ,), Kompot z owoców (200ml)<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g)   | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <i>GLU</i> ,), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) ( <i>MLE</i> , <i>SEL</i> ,), Szynka z indyka (50g) ( <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> ,), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie tostowym(1szt.-60g) ( <i>GLU</i> , <i>SEL</i> ,),                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2287.21 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; białko zwierzęce: 75.51 g; Tłuszcz: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 374.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Wapń: 942.01 mg; Żelazo: 15.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2825 ug; Sód: 3189.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.47 g; Sacharoza: 45.79 g; Cholesterol: 199.77 mg; Procent energii z białka: .54 %; Procent energii z tłuszczu: .76 %; Procent energii z węglowodanów: 2.18 %;                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2023-12-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <i>MLE</i> ,), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <i>GLU</i> ,), Masło ekstra (10g) ( <i>MLE</i> ,), Paszтет drobiowy (50g) ( <i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> ,), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony<br><b>II Śniadanie:</b><br>Ser żółty(30g) ( <i>MLE</i> ,), Dżem (50g)                                                                                                                                       | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <i>GLU</i> , <i>SEL</i> ,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <i>GLU</i> ,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z jarzyn i jabłka blanszowana (150g) ( <i>SEL</i> ,),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g) | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <i>GLU</i> , <i>MLE</i> ,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <i>GLU</i> , <i>MLE</i> ,), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <i>GLU</i> ,), Masło ekstra (15g) ( <i>MLE</i> ,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> ,), Szynka z indyka (50g) ( <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> ,),<br><b>Posilek nocny:</b><br>Babka piaskowa (70g) |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2698.03 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; białko zwierzęce: 67.31 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 403.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Wapń: 1090.74 mg; Żelazo: 14.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3743.59 ug; Sód: 2510.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.88 g; Sacharoza: 59.12 g; Cholesterol: 463.7 mg; Procent energii z białka: 15.84 %; Procent energii z tłuszczu: 27.68 %; Procent energii z węglowodanów: 55.84 %;             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2023-12-25 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <i>MLE</i> ,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <i>GLU</i> , <i>MLE</i> ,), Bułka pszenna (60g) ( <i>GLU</i> ,), Masło ekstra (10g) ( <i>MLE</i> ,), Paszтет drobiowy (50g) ( <i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> ,), Marchewka blanszowana ( 30 g)<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <i>GLU</i> ,), Masło ekstra (5g) ( <i>MLE</i> ,), Ser żółty(30g) ( <i>MLE</i> ,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <i>GLU</i> , <i>SEL</i> ,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <i>GLU</i> ,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z jarzyn i jabłka blanszowana (150g) ( <i>SEL</i> ,),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Budyń słodzony (150ml) ( <i>MLE</i> ,),  | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <i>GLU</i> ,), Masło ekstra (15g) ( <i>MLE</i> ,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> ,), Szynka z indyka (50g) ( <i>JAJ</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> ,),<br><b>Posilek nocny:</b><br>Babka piaskowa (70g)                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2626 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; białko zwierzęce: 63.69 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 391.2 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Wapń: 936.25 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4259.26 ug; Sód: 2512.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.47 g; Sacharoza: 56.26 g; Cholesterol: 461.82 mg; Procent energii z białka: 15.25 %; Procent energii z tłuszczu: 28.38 %; Procent energii z węglowodanów: 53.18 %;                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2023-12-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Dżem (50g) ,</p>                                                                                                                    | <p>Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ), Kasza jaglana (180g) , Surówka z jarzyn i jabłka z olejem(150g) ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>     | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) ( <b>JAJ, SEL</b> ), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Babka piaskowa (70g) ,</p>                                                                                 |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2390.99 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; białko zwierzęce: 56.04 g; Tłuszcz: 79.6 g; Węglowodany ogółem: 347.1 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Wapń: 595.22 mg; Żelazo: 17.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3691.89 ug; Sód: 1949.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.61 g; Sacharoza: 47.43 g; Cholesterol: 419.5 mg; Procent energii z białka: 15.73 %; Procent energii z tłuszczu: 29.03 %; Procent energii z węglowodanów: 51.63 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2023-12-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b> ), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ), Dżem (50g) ,</p>                                                                                                    | <p>Zupa ogórkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki (220g) , Surówka z jarzyn i jabłka z olejem(150g) ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>     | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Babka piaskowa (70g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2280.36 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; białko zwierzęce: 53.04 g; Tłuszcz: 72.39 g; Węglowodany ogółem: 348.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.9 g; Wapń: 604.62 mg; Żelazo: 15.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3742.49 ug; Sód: 2741.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.56 g; Sacharoza: 48.24 g; Cholesterol: 358.8 mg; Procent energii z białka: 1.03 %; Procent energii z tłuszczu: 3.63 %; Procent energii z węglowodanów: 6.7 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2023-12-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                    | <p>Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b> ), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z jarzyn i jabłka blanszowana (150g) ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Wafle razowe (20g) ( <b>ORZ</b> ),</p>                |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2076.71 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; białko zwierzęce: 52.68 g; Tłuszcz: 66.1 g; Węglowodany ogółem: 311.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Wapń: 567.77 mg; Żelazo: 17.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3556.47 ug; Sód: 1817.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Sacharoza: 20.33 g; Cholesterol: 361.23 mg; Procent energii z białka: 17.01 %; Procent energii z tłuszczu: 27.69 %; Procent energii z węglowodanów: 50.45 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Ogórek świeży (II) (50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Kielbasa krakowska (30g) , Roszponka (7g) ,                                                                                                   | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kotlet schabowy(105g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Ziemniaki (220g) , Surówka z białej kapusty, marchewki z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,        | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2865.36 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; białko zwierzęce: 93.3 g; Tłuszcz: 132.18 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g; Wapń: 1216.73 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2714.8 ug; Sód: 2016.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.61 g; Sacharoza: 17.61 g; Cholesterol: 486.07 mg; Procent energii z białka: 17.97 %; Procent energii z tłuszczu: 40.67 %; Procent energii z węglowodanów: 38.23 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Marchewka (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Połędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,                                                                                                                      | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) , | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2559.04 kcal; Białko ogółem: 130.57 g; białko zwierzęce: 96.65 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 312.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; Wapń: 1170.5 mg; Żelazo: 11.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2698.7 ug; Sód: 2216.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.74 g; Sacharoza: 19.96 g; Cholesterol: 480.97 mg; Procent energii z białka: 20.25 %; Procent energii z tłuszczu: 33.92 %; Procent energii z węglowodanów: 43.16 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Marchewka (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Połędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,                                                                                                  | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2393.49 kcal; Białko ogółem: 130.06 g; białko zwierzęce: 98.06 g; Tłuszcz: 91.65 g; Węglowodany ogółem: 288.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Wapń: 1230.04 mg; Żelazo: 11.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2621.5 ug; Sód: 2043.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.74 g; Sacharoza: 15.81 g; Cholesterol: 469.17 mg; Procent energii z białka: 21.43 %; Procent energii z tłuszczu: 33.25 %; Procent energii z węglowodanów: 41.72 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                                                             | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,</p>                        | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                                                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2174.73 kcal; Białko ogółem: 133.76 g; białko zwierzęce: 99.5 g; Tłuszcz: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 308.6 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g; Wapń: 863.06 mg; Żelazo: 11.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2394.66 ug; Sód: 2587.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.56 g; Sacharoza: 16.36 g; Cholesterol: 384.44 mg; Procent energii z białka: 24.56 %; Procent energii z tłuszczu: 22.02 %; Procent energii z węglowodanów: 50.26 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Powidła śliwkowe(40g) ,</p>                                                                                      | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2772.16 kcal; Białko ogółem: 135.69 g; białko zwierzęce: 98.95 g; Tłuszcz: 103.02 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Wapń: 1345.68 mg; Żelazo: 12.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3407.9 ug; Sód: 2355.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.71 g; Sacharoza: 34.61 g; Cholesterol: 502.6 mg; Procent energii z białka: 19.78 %; Procent energii z tłuszczu: 33.06 %; Procent energii z węglowodanów: 47.14 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2023-12-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                        | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2503.6 kcal; Białko ogółem: 135.21 g; białko zwierzęce: 99.15 g; Tłuszcz: 86.88 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Wapń: 1229.2 mg; Żelazo: 12.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3493.1 ug; Sód: 2374.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.23 g; Sacharoza: 22.98 g; Cholesterol: 480.97 mg; Procent energii z białka: 21.47 %; Procent energii z tłuszczu: 30.67 %; Procent energii z węglowodanów: 44.97 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2023-12-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ),<br>Marchewka (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Połędwica sopocka ( 30g ) ,<br>Roszponka (7g) ,                                                                                                         | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,     | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                         |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2402.8 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; białko zwierzęce: 95.57 g; Tłuszcz: 94.51 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Wapń: 1089.12 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2655.86 ug; Sód: 2200.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.31 g; Sacharoza: 21.73 g; Cholesterol: 456.13 mg; Procent energii z białka: 20.91 %; Procent energii z tłuszczu: 34.26 %; Procent energii z węglowodanów: 41.89 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| wtorek 2023-12-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ),<br>Ogórek świeży (II) (50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kielbasa krakowska (30g) ,<br>Roszponka (7g) ,                                                                                      | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Kotlet schabowy(105g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Surówka z białej kapusty, marchewki z olejem(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2709.12 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; białko zwierzęce: 92.22 g; Tłuszcz: 128.73 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g; Wapń: 1135.35 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2671.96 ug; Sód: 2000.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.18 g; Sacharoza: 19.38 g; Cholesterol: 461.23 mg; Procent energii z białka: 18.44 %; Procent energii z tłuszczu: 41.37 %; Procent energii z węglowodanów: 36.84 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| wtorek 2023-12-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ),<br>Marchewka (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Połędwica sopocka ( 30g ) ,<br>Roszponka (7g) ,                                                                                    | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Schab gotowany(65g) , Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko pieczone z cynamonem (1szt.-120g) ,     | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),                                                                                                                                         |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2153.3 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; białko zwierzęce: 88.37 g; Tłuszcz: 86.74 g; Węglowodany ogółem: 251.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Wapń: 843.02 mg; Żelazo: 11.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2590.56 ug; Sód: 1914.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.26 g; Sacharoza: 15.78 g; Cholesterol: 442.33 mg; Procent energii z białka: 21.46 %; Procent energii z tłuszczu: 34.95 %; Procent energii z węglowodanów: 39.45 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <div> <div>środa 2023-12-27</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b>), Powidła śliwkowe(40g) ,</p>                                                       | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL,</b>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Cebula duszona (20g) , Ziemniaki (220g) , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                    | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Roszponka (7g) ,</p>                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2504.38 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; białko zwierzęce: 61.24 g; Tłuszcz: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 358.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; Wapń: 743.34 mg; Żelazo: 16.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1944.96 ug; Sód: 2593.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Sacharoza: 25.24 g; Cholesterol: 448.24 mg; Procent energii z białka: 16.19 %; Procent energii z tłuszczu: 29.02 %; Procent energii z węglowodanów: 49.48 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2023-12-27</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Powidła śliwkowe(40g) ,</p>                                                                           | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                                                           |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2318.15 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; białko zwierzęce: 53.14 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Wapń: 989.62 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1968.9 ug; Sód: 1937.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Sacharoza: 39.62 g; Cholesterol: 419.67 mg; Procent energii z białka: 13.77 %; Procent energii z tłuszczu: 23.04 %; Procent energii z węglowodanów: 52.66 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2023-12-27</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                            | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> |



## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2210.4 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; białko zwierzęce: 56.03 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 330.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Wapń: 1010.12 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2536.19 ug; Sód: 1867.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Sacharoza: 24.81 g; Cholesterol: 433.65 mg; Procent energii z białka: 15.11 %; Procent energii z tłuszczu: 23.5 %; Procent energii z węglowodanów: 49.56 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2023-12-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                                                                                                | Zupa ziemniaczana (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Surówka z selera i marchwi na winno (150g) ( <b>SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,                                            | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2053.19 kcal; Białko ogółem: 103.1 g; białko zwierzęce: 60.55 g; Tłuszcz: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Wapń: 842.98 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2537.11 ug; Sód: 2156.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.4 g; Sacharoza: 30.03 g; Cholesterol: 237.57 mg; Procent energii z białka: 19.4 %; Procent energii z tłuszczu: 17.48 %; Procent energii z węglowodanów: 58.51 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2023-12-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Dżem (25g) op ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                                           | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b> ),<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2513.13 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; białko zwierzęce: 60.99 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 372.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; Wapń: 1338.93 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2299.78 ug; Sód: 2007.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.52 g; Sacharoza: 40.54 g; Cholesterol: 450.57 mg; Procent energii z białka: 14.55 %; Procent energii z tłuszczu: 24.27 %; Procent energii z węglowodanów: 54.23 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2023-12-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(40g) , Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                         | Zupa ziemniaczana (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) ( <b>SEL,</b> ),<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Budyń słodzony (150ml) ( <b>MLE,</b> ),            | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2450.07 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; białko zwierzęce: 61.1 g; Tłuszcz: 75.38 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; Wapń: 988.43 mg; Żelazo: 13.3 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3267.61 ug; Sód: 2202.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.88 g; Sacharoza: 51.32 g; Cholesterol: 313.32 mg; Procent energii z białka: 16.09 %; Procent energii z tłuszczu: 26.95 %; Procent energii z węglowodanów: 53.08 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2023-12-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Powidła śliwkowe(40g) ,                                                                | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2156.51 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; białko zwierzęce: 52.06 g; Tłuszcz: 63.2 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; Wapń: 897.14 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1926.06 ug; Sód: 1921.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.36 g; Sacharoza: 41.15 g; Cholesterol: 394.83 mg; Procent energii z białka: 13.94 %; Procent energii z tłuszczu: 22.04 %; Procent energii z węglowodanów: 52.84 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| środa 2023-12-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Powidła śliwkowe(40g) ,                                            | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL,</b> ),<br>Stek wieprzowy z łopatki(70g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Cebula duszona (20g) ,<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                     | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) ( <b>JAJ, MLE,</b> ),<br><b>Posilek nocny:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z kurczaka (50g) ,<br>Roszponka (7g) ,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2342.74 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; białko zwierzęce: 60.16 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 331.3 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Wapń: 650.86 mg; Żelazo: 15.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1902.12 ug; Sód: 2577.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.3 g; Sacharoza: 26.77 g; Cholesterol: 423.4 mg; Procent energii z białka: 16.52 %; Procent energii z tłuszczu: 28.51 %; Procent energii z węglowodanów: 49.4 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| środa 2023-12-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                 | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2022.99 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; białko zwierzęce: 54.27 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 302.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Wapń: 890.65 mg; Żelazo: 13.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2488.37 ug; Sód: 1841.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g; Sacharoza: 26.34 g; Cholesterol: 406.08 mg; Procent energii z białka: 15.43 %; Procent energii z tłuszczu: 21.82 %; Procent energii z węglowodanów: 49.86 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

## **Oznaczenia alergenów:**

|            |                                |
|------------|--------------------------------|
| <i>GLU</i> | - Zboża zawierające gluten,    |
| <i>SKO</i> | - Skorupiaki i pochodne,       |
| <i>JAJ</i> | - Jaja i pochodne,             |
| <i>RYB</i> | - Ryby i pochodne,             |
| <i>OZ</i>  | - Orzeszki ziemne i pochodne,  |
| <i>SOJ</i> | - Soja i pochodne,             |
| <i>MLE</i> | - Mleko i pochodne,            |
| <i>ORZ</i> | - Orzechy,                     |
| <i>SEL</i> | - Seler i pochodne,            |
| <i>GOR</i> | - Gorczyca i pochodne,         |
| <i>SEZ</i> | - Nasiona sezamu i pochodne,   |
| <i>SO2</i> | - Dwutlenek siarki, siarczyny, |
| <i>ŁUB</i> | - Łubin i pochodne,            |
| <i>MIĘ</i> | - Mięczaki i pochodne,         |