

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                         | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| czwartek 2024-08-08Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g , | Zupa żurek z ziemniakami(400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2</u> ), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Cebula duszona (20g) 20 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Musztarda (1szt-20g) 20 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g , |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                  | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2654.97 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; : 68.45 g; Tłuszcz: 101.88 g; Węglowodany ogółem: 358.1 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Wapń: 867.38 mg; Żelazo: 15.5 mg; Witamina A : 1520.19 ug; Sód: 4072.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.24 g; Sacharoza: 28.11 g; Cholesterol: 488.44 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2024-08-08Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa ryżowa z pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak gotowany(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <u>SEL</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                                         | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2444.26 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; : 72.21 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 360.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Wapń: 1029.39 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A : 2490.77 ug; Sód: 2136.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.36 g; Sacharoza: 29.36 g; Cholesterol: 427.24 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-08-08      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Schab gotowany(65g) 65 g , Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <b>SEL</b> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Salata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), Serek grani (200g) 200 g ,                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2440.18 kcal; Białko ogółem: 128.27 g; : 89.04 g; Tłuszcz: 75.85 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; Wapń: 952.83 mg; Żelazo: 16.42 mg; Witamina A : 2304.27 ug; Sód: 2667.3 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.72 g; Sacharoza: 24.1 g; Cholesterol: 464.96 mg;

| czwartek 2024-08-08      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <b>SEL</b> ), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Salata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                               | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), Serek grani (200g) 200 g ,                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2343.2 kcal; Białko ogółem: 133.28 g; : 87.6 g; Tłuszcz: 51.25 g; Węglowodany ogółem: 358.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Wapń: 942.49 mg; Żelazo: 13.38 mg; Witamina A : 2170.41 ug; Sód: 2772.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 20.08 g; Sacharoza: 25.81 g; Cholesterol: 210.26 mg;

| czwartek 2024-08-08      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <b>SEL</b> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Dżem (25g) op 25 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ),                                                                                       | Podwieczorek: Kisiel z nektarynką bez skórki słodzony (120ml/120g) 240 ml ,                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2882.39 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; : 80.54 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 437.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g; Wapń: 1355.7 mg; Żelazo: 15.3 mg; Witamina A : 2536.18 ug; Sód: 2433.87 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.26 g; Sacharoza: 59.99 g; Cholesterol: 459.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-08-08                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                      |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                         |  | Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), |  |
| Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <b>SEL</b> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), |  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ),                                                                                                             |  | Podwieczorek: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                   |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                                                          |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2460.11 kcal; Białko ogółem: 110.2 g ; 72.35 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 365.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; Wapń: 1018.36 mg; Żelazo: 13.66 mg; Witamina A : 2438.1 ug; Sód: 2163.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.43 g; Sacharoza: 42.41 g; Cholesterol: 427.5 mg;

| czwartek 2024-08-08                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Kefir(200g) 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                         |  | Zupa ryżowa z kalaflorem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), |  |
| Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <b>SEL</b> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                                                                   |  | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                                                                                   |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2272.19 kcal; Białko ogółem: 108.08 g ; 69.29 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; Wapń: 854.71 mg; Żelazo: 14.26 mg; Witamina A : 2466.93 ug; Sód: 1684.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.68 g; Sacharoza: 26.99 g; Cholesterol: 404.02 mg;

| czwartek 2024-08-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Kefir(200g) 200 g ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g ,                                                                                                                 |  | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Cebula duszona (20g) 20 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , |  |
| Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Musztarda (1szt-20g) 20 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g , |  |                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                                                                                                    |  | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                                                                      |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2431.43 kcal; Białko ogółem: 101.83 g ; 65.53 g; Tłuszcz: 96.34 g; Węglowodany ogółem: 317.9 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Wapń: 689.8 mg; Żelazo: 14.97 mg; Witamina A : 1498.09 ug; Sód: 3607.66 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.29 g; Sacharoza: 25.41 g; Cholesterol: 465.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-08-08                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                               |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,   |  | Zupa ryżowa z kalafiozem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), |  |
| Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g ( <u>SEL</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajogotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,                                                                                    |  | Podwieczorek: Nektarynka (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                   |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2311.19 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; : 70.16 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 347.19 g; Błonnik pokarmowy: 41.9 g; Wapń: 943.21 mg; Żelazo: 17.43 mg; Witamina A : 2453.43 ug; Sód: 1805.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.56 g; Sacharoza: 24.96 g; Cholesterol: 426.12 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2024-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty (80g) 80 g ( <u>MLE</u> ), Dżem (25g) op 25 g ,                 | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Potrawka z kurczaka z cebulką(100g/80ml) 180 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Mizeria ze szczypiorkiem, cebulką i koperkiem(150g) 150 g , | Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z kons. rybnej z cebulką, pestkami dyni i ziel pietruszką (80g) 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ogónówka (70g) 70 g ( <u>SOJ</u> ), Cukinia {w plastrach}duszona z cebulką ( 180g ) 180 g ,                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2665.04 kcal; Białko ogółem: 132.94 g; : 75.09 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 375.1 g; Błonnik pokarmowy: 33.29 g; Wapń: 752.83 mg; Żelazo: 15.37 mg; Witamina A : 1866.81 ug; Sód: 1927.78 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.81 g; Sacharoza: 26.7 g; Cholesterol: 319.54 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2024-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2747.13 kcal; Białko ogółem: 137.39 g; : 90.75 g; Tłuszcz: 88.75 g; Węglowodany ogółem: 377.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Wapń: 991.44 mg; Żelazo: 13.01 mg; Witamina A : 3020.13 ug; Sód: 2369.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.95 g; Sacharoza: 17.23 g; Cholesterol: 458.29 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2024-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                           |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2729.53 kcal; Białko ogółem: 137.19 g; : 88.83 g; Tłuszcz: 84.87 g; Węglowodany ogółem: 398.15 g; Błonnik pokarmowy: 48.04 g; Wapń: 973.44 mg; Żelazo: 16.35 mg; Witamina A : 2983.33 ug; Sód: 2576.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.46 g; Sacharoza: 16.95 g; Cholesterol: 453.49 mg;

| piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew gotowana(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Risotto ze schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Twaróg chudy (40g) 40 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                    | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2373.48 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; : 87.82 g; Tłuszcz: 52.03 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; Wapń: 731.8 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A : 4325.75 ug; Sód: 2466.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 16.78 g; Sacharoza: 17.73 g; Cholesterol: 329.04 mg;

| piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 3060.41 kcal; Białko ogółem: 148.86 g; : 98.94 g; Tłuszcz: 98.46 g; Węglowodany ogółem: 423.7 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; Wapń: 1313.08 mg; Żelazo: 13.77 mg; Witamina A : 2959.87 ug; Sód: 2629.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.76 g; Sacharoza: 17.98 g; Cholesterol: 490.12 mg;

| piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew gotowana(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Risotto ze schabem(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Sos z oregano (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (40g) 40 g ( <u>MLE</u> ), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Budyń bez cukru(150ml) 150 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g ,                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2710.99 kcal; Białko ogółem: 139.77 g; : 100.73 g; Tłuszcz: 84.7 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; Wapń: 1169.35 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A : 4506 ug; Sód: 2623.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.91 g; Sacharoza: 20.6 g; Cholesterol: 434.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-08-09      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) 150 g ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                           | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2570.69 kcal; Białko ogółem: 132.25 g; : 88.23 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 346.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; Wapń: 858.62 mg; Żelazo: 12.56 mg; Witamina A : 2972.49 ug; Sód: 2333.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.89 g; Sacharoza: 18.7 g; Cholesterol: 431.05 mg;

| piątek 2024-08-09      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) 150 g ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg półtłusty (80g) 80 g ( <b>MLE</b> ), Dżem (25g) op 25 g ,                  | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Potrawka z kurczaka z cebulką(100g/80ml) 180 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Mizeria ze szczypiorkiem, cebulką i koperkiem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kons. rybnej z cebulką, pestkami dyni i ziel pietruszką (80g) 80 g ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Ogonówka (70g) 70 g ( <b>SOJ</b> ), Cukinia {w plastrach}duszona z cebulką ( 180g ) 180 g ,                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2502.7 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; : 72.57 g; Tłuszcz: 79.27 g; Węglowodany ogółem: 347.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Wapń: 623.91 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A : 1831.17 ug; Sód: 1893.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.77 g; Sacharoza: 28.29 g; Cholesterol: 292.3 mg;

| piątek 2024-08-09      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Mus z jabłka (100g) 100 g ,                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2679.69 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; : 87.75 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 393.99 g; Błonnik pokarmowy: 51.49 g; Wapń: 904.12 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 2940.49 ug; Sód: 2788.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.18 g; Sacharoza: 19.52 g; Cholesterol: 428.65 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Papryka czerwona II(30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g ( <u>MLE</u> ), Kompot z owoców | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                               | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2951.24 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; : 76.97 g; Tłuszcz: 120.26 g; Węglowodany ogółem: 379.7 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; Wapń: 778.69 mg; Żelazo: 19.11 mg; Witamina A : 3126.26 ug; Sód: 1891.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 50.81 g; Sacharoza: 48.29 g; Cholesterol: 696.04 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Marchewka - słupki (30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                    | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2794.28 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; : 53.31 g; Tłuszcz: 102.67 g; Węglowodany ogółem: 387.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Wapń: 746.12 mg; Żelazo: 16.94 mg; Witamina A : 2112.08 ug; Sód: 2252.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.46 g; Sacharoza: 49.79 g; Cholesterol: 475.84 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Marchewka - słupki (30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                            | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Jogurt naturalny ( 3% tł. )(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ),                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2430.54 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; : 63.88 g; Tłuszcz: 84 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; Błonnik pokarmowy: 41 g; Wapń: 1029.33 mg; Żelazo: 19.87 mg; Witamina A : 2081.62 ug; Sód: 2468.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.17 g; Sacharoza: 29.31 g; Cholesterol: 454.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.koperkiem (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Marchewka - słupki (30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z białka jaja(40g) 40 g ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                                     | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g ( <u>OZ</u> , <u>ORZ</u> ),                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 1900.06 kcal; Białko ogółem: 96.83 g ; : 54.28 g; Tłuszcz: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 319.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Wapń: 632.38 mg; Żelazo: 14.92 mg; Witamina A : 1561.48 ug; Sód: 1356.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.54 g; Sacharoza: 31.34 g; Cholesterol: 176.84 mg;

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Marchewka blanszowana ( 30 g) 30 g , | Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,<br>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Seler blanszowany(50g) 50 g ( <u>SEL</u> ), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                  | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 3004.72 kcal; Białko ogółem: 112.08 g ; : 61.16 g; Tłuszcz: 110.83 g; Węglowodany ogółem: 416.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Wapń: 1084.08 mg; Żelazo: 17.56 mg; Witamina A : 2108.46 ug; Sód: 2391.77 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.83 g; Sacharoza: 51.3 g; Cholesterol: 506.71 mg;

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Marchewka blanszowana ( 30 g) 30 g , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                            | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2376.32 kcal; Białko ogółem: 95.9 g ; : 56.08 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 336.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Wapń: 865.94 mg; Żelazo: 15.44 mg; Witamina A : 1900.86 ug; Sód: 2076.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.88 g; Sacharoza: 54.71 g; Cholesterol: 440.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ), Marchewka - słupki (30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Bułka drożdżowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2619.04 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; : 50.79 g; Tłuszcz: 98.47 g; Węglowodany ogółem: 356.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; Wapń: 615.4 mg; Żelazo: 16.52 mg; Witamina A : 2064.44 ug; Sód: 2215.82 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.4 g; Sacharoza: 51.23 g; Cholesterol: 448.6 mg;

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Papryka czerwona II(30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Bułka drożdżowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> ),                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2776 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; : 74.45 g; Tłuszcz: 116.06 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Wapń: 647.97 mg; Żelazo: 18.69 mg; Witamina A : 3078.62 ug; Sód: 1855.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 48.75 g; Sacharoza: 49.73 g; Cholesterol: 668.8 mg;

| sobota 2024-08-10      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ), Marchewka - słupki (30g) 30 g , | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków na winno (kostka)(150g) 150 g , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Ser żółty(20g) 20 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU, JAJ, SOJ, SEL</u> ),                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2381.9 kcal; Białko ogółem: 108.5 g; : 62.8 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Błonnik pokarmowy: 44.48 g; Wapń: 962.11 mg; Żelazo: 20.63 mg; Witamina A : 2038.78 ug; Sód: 2679 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.89 g; Sacharoza: 31.85 g; Cholesterol: 429.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

### Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                             | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony(50g) 50 g , | Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                             | Podwieczorek: Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2517.29 kcal; Białko ogółem: 152.61 g; : 105.03 g; Tłuszcz: 59.3 g; Węglowodany ogółem: 377.3 g; Błonnik pokarmowy: 38.51 g; Wapń: 1240.38 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A : 3823.89 ug; Sód: 3312.55 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.85 g; Sacharoza: 33.85 g; Cholesterol: 254.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                                                | Podwieczorek: Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2465.63 kcal; Białko ogółem: 140.19 g; : 105.42 g; Tłuszcz: 63.2 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; Wapń: 1116.85 mg; Żelazo: 10.31 mg; Witamina A : 1010.75 ug; Sód: 3201.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.89 g; Sacharoza: 34.39 g; Cholesterol: 275.66 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                        | Podwieczorek: Mus z czarnej porzeczki b/c (150) 150 g ,                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ),                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2189.76 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; : 66.15 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Wapń: 599.66 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A : 1146.43 ug; Sód: 3108.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.18 g; Sacharoza: 24.64 g; Cholesterol: 282.89 mg;

|                                                                                             |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową) |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2<sub>1</sub></b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL<sub>1</sub></b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ), | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Polędwica sopocka ( 70g ) 70 g , Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                                               | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g , Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ),                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2205.22 kcal; Białko ogółem: 136.85 g; : 104.36 g; Tłuszcz: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 349.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.4 g; Wapń: 1178.7 mg; Żelazo: 11.47 mg; Witamina A : 1611.94 ug; Sód: 3905.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.17 g; Sacharoza: 35.68 g; Cholesterol: 200.84 mg;

| niedziela 2024-08-11 <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b>                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2<sub>1</sub></b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL<sub>1</sub></b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE<sub>1</sub></b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Dżem (25g) op 25 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <b>GLU, JAJ, MLE<sub>1</sub></b> ),                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2621.48 kcal; Białko ogółem: 147.47 g; : 113.13 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 363.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; Wapń: 1417.15 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A : 1085.12 ug; Sód: 3284.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.92 g; Sacharoza: 35.51 g; Cholesterol: 306.29 mg;

| niedziela 2024-08-11 <b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b>                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2<sub>1</sub></b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL<sub>1</sub></b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ), | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE<sub>1</sub></b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR<sub>1</sub></b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU<sub>1</sub></b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Pasta z szynki kurczaka z zieloną pietruszką(50g) 50 g ,                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <b>GLU, JAJ, MLE<sub>1</sub></b> ),                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2386.02 kcal; Białko ogółem: 145.39 g; : 109.46 g; Tłuszcz: 60.81 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; Wapń: 1263.45 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A : 1827.95 ug; Sód: 3575.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.5 g; Sacharoza: 34.32 g; Cholesterol: 286.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-08-11      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ, GOR, SO2</u> ),<br>Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ),<br>Kasza jęczmienna (180g) 180 g ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2286.64 kcal; Białko ogółem: 136.68 g; : 104.34 g; Tłuszcz: 59.26 g; Węglowodany ogółem: 310.5 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g; Wapń: 1037.33 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A : 967.91 ug; Sód: 2777.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.32 g; Sacharoza: 33.74 g; Cholesterol: 250.82 mg;

| niedziela 2024-08-11      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Ser żółty(60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek kiszony(50g) 50 g , | Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ),<br>Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,<br>Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Dżem (25g) op 25 g ,<br>Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2338.3 kcal; Białko ogółem: 149.1 g; : 103.95 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.2 g; Wapń: 1160.86 mg; Żelazo: 14.22 mg; Witamina A : 3781.05 ug; Sód: 2888.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.28 g; Sacharoza: 33.2 g; Cholesterol: 229.72 mg;

| niedziela 2024-08-11      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ, GOR, SO2</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> ),<br>Kasza jęczmienna (180g) 180 g ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (70g) 70 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Mus z czarnej porzeczki b/c (150) 150 g ,                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU, JAJ, SOJ, SEL</u> ),                                                         |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2117.27 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; : 65.07 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g; Wapń: 532.64 mg; Żelazo: 15.43 mg; Witamina A : 1103.59 ug; Sód: 2913.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.76 g; Sacharoza: 24.79 g; Cholesterol: 258.05 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg półtł. z rzodkiewką(80g) 80 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <b>SOJ</b> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g ( <b>SEL</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,                                                                               | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2935.18 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; : 63.21 g; Tłuszcz: 142.92 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; Wapń: 1091.77 mg; Żelazo: 19.32 mg; Witamina A : 1912.96 ug; Sód: 2694.56 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 43.88 g; Sacharoza: 21.99 g; Cholesterol: 281.96 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <b>SEL</b> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2325.14 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; : 66.29 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 329.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Wapń: 979.38 mg; Żelazo: 15.81 mg; Witamina A : 1724.4 ug; Sód: 2208.38 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 32.33 g; Sacharoza: 27.14 g; Cholesterol: 492.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <b>SEL</b> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2245.54 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; : 63.17 g; Tłuszcz: 70.98 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Wapń: 948.88 mg; Żelazo: 18 mg; Witamina A : 1687.6 ug; Sód: 2187.48 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 30.69 g; Sacharoza: 26.06 g; Cholesterol: 487.76 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z białka jaja z ziel.koper.z olejem(40g) 2. x 40 g ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Twaróg chudy (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka z indyka (30g) 30 g ( <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                       | Podwieczorek: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 1934.09 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; : 63.83 g; Tłuszcz: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; Wapń: 748.66 mg; Żelazo: 14.38 mg; Witamina A : 1339.6 ug; Sód: 1755.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.21 g; Sacharoza: 26.88 g; Cholesterol: 236.04 mg;

| poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Brokuł gotowany (50g) 50 g ,                                                                                                                   | Podwieczorek: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2401.38 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; : 73.66 g; Tłuszcz: 81.61 g; Węglowodany ogółem: 328.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Wapń: 1281.39 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A : 1656.03 ug; Sód: 2079.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.16 g; Sacharoza: 26.63 g; Cholesterol: 522.23 mg;

| poniedziałek 2024-08-12      Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                 | Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2374.54 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; : 70 g; Tłuszcz: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Wapń: 1099.43 mg; Żelazo: 15.2 mg; Witamina A : 1719.08 ug; Sód: 2069.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.91 g; Sacharoza: 47.32 g; Cholesterol: 507.93 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-12                      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ),<br>Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Połędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                 | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2163.4 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; : 65.21 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 301.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Wapń: 886.46 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A : 1681.56 ug; Sód: 2191.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.57 g; Sacharoza: 28.67 g; Cholesterol: 467.72 mg;

| poniedziałek 2024-08-12                      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Twaróg półtł. z rzodkiewką(80g) 80 g ( <u>MLE</u> ),<br>Roszponka (7g) 7 g , | Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g ( <u>SEL</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Połędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2773.44 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; : 62.13 g; Tłuszcz: 137.7 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.21 g; Wapń: 998.85 mg; Żelazo: 18 mg; Witamina A : 1870.12 ug; Sód: 2677.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.12 g; Sacharoza: 23.52 g; Cholesterol: 257.12 mg;

| poniedziałek 2024-08-12                      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ),<br>Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone ( 150 g ) 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno - jarzynowa (z mięsa kurczaka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Połędwica sopocka ( 30g ) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2083.8 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; : 62.09 g; Tłuszcz: 65.76 g; Węglowodany ogółem: 305.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.1 g; Wapń: 855.96 mg; Żelazo: 16.68 mg; Witamina A : 1644.76 ug; Sód: 2170.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.93 g; Sacharoza: 27.59 g; Cholesterol: 462.92 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g , | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Naleśniki z serem twarogowym półtłustym(450g-3szt.) 450 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus truskawkowy słodzony (150ml) 150 ml , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Marchewka (30g) 30 g ,                          | Podwieczorek: Ananas z puszki (1szt.-34g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2890.19 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; : 71.47 g; Tłuszcz: 95.72 g; Węglowodany ogółem: 417.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.2 g; Wapń: 1137.68 mg; Żelazo: 14.96 mg; Witamina A : 2837.93 ug; Sód: 2691.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.14 g; Sacharoza: 34.63 g; Cholesterol: 562.62 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Marchewka (30g) 30 g ,                    | Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2406.08 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; : 84.05 g; Tłuszcz: 69.54 g; Węglowodany ogółem: 349.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Wapń: 977.79 mg; Żelazo: 13.26 mg; Witamina A : 3174.82 ug; Sód: 2710.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.18 g; Sacharoza: 35.3 g; Cholesterol: 372.14 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,      | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Marchewka (30g) 30 g , | Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: Jogurt naturalny ( 3% tt. )(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                         |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2434.24 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; : 94.67 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g; Wapń: 1067.35 mg; Żelazo: 16.61 mg; Witamina A : 3164.36 ug; Sód: 2878.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.46 g; Sacharoza: 27.83 g; Cholesterol: 410.24 mg;

| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU,</b> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU,</b> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU,</b> ), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 60 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                    | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2225.94 kcal; Białko ogółem: 130.73 g; : 96.43 g; Tłuszcz: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 340.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.6 g; Wapń: 906.27 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A : 1761.02 ug; Sód: 2459.58 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 16.17 g; Sacharoza: 34.64 g; Cholesterol: 298.74 mg;

| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE,</b> ), Paszтет drobiowy (50g) 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Marchewka blanszowana ( 30 g) 30 g ,                                       | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2715.21 kcal; Białko ogółem: 131.74 g; : 91.19 g; Tłuszcz: 79.21 g; Węglowodany ogółem: 395.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Wapń: 1297.58 mg; Żelazo: 14 mg; Witamina A : 3228.45 ug; Sód: 2945.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.98 g; Sacharoza: 36.05 g; Cholesterol: 400.47 mg;

| wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE,</b> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g ( <b>SEL,</b> ), | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE,</b> ), Paszтет drobiowy (50g) 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Marchewka blanszowana ( 30 g) 30 g ,                             | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g ( <b>OZ, ORZ,</b> ),                                                                                                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2409.68 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; : 83 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Wapń: 943.14 mg; Żelazo: 12.65 mg; Witamina A : 2600.82 ug; Sód: 2659.79 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.14 g; Sacharoza: 34.65 g; Cholesterol: 368.64 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| wtorek 2024-08-13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ), Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,                                                                          |  | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> , <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> , <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g ( <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , |                                             | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u> , <u><b>GOR<sub>1</sub></b></u> , <u><b>SO2<sub>1</sub></b></u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |  |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ), Pasztet drobiowy (50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> , <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u> , <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> , <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u> , <u><b>GOR<sub>1</sub></b></u> ), Marchewka (30g) 30 g , |  | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u> , <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2250.94 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; : 82.97 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węglowodany ogółem: 318.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Wapń: 898.07 mg; Żelazo: 12.87 mg; Witamina A : 3131.98 ug; Sód: 2693.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.75 g; Sacharoza: 37.04 g; Cholesterol: 347.3 mg;

| wtorek 2024-08-13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g ,</p>                                                      |  | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>), Naleśniki z serem twarogowym półtłustym(450g-3szt.) 450 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Mus truskawkowy słodzony (150ml) 150 ml , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,</p> |                                           | <p>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g ( <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>, <u><b>GOR<sub>1</sub></b></u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,</p> |  |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Paszтет drobiowy (50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>, <u><b>GOR<sub>1</sub></b></u>), Marchewka (30g) 30 g ,</p> |  | <p><b>Podwieczorek:</b> Ananas z puszki (1szt.-34g) 1 szt ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                           | <p><b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2735.05 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; : 70.39 g; Tłuszcz: 92.45 g; Węglowodany ogółem: 386.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Wapń: 1057.96 mg; Żelazo: 14.57 mg; Witamina A : 2795.09 ug; Sód: 2673.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.71 g; Sacharoza: 36.37 g; Cholesterol: 537.78 mg;

| wtorek 2024-08-13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU<sub>i</sub></u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ<sub>i</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU<sub>i</sub></u> , <u>SEL<sub>i</sub></u> ), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml ( <u>GLU<sub>i</sub></u> , <u>SEL<sub>i</sub></u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g ( <u>SEL<sub>i</sub></u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ<sub>i</sub></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Połędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ, GOR, SOZ<sub>i</sub></u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , |                                                                                             |  |  |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ<sub>i</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Paszтет drobiowy (50g) 50 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL<sub>i</sub>, GOR<sub>i</sub></u> ), Marchewka (30g) 30 g ,                                                                                                 | Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE<sub>i</sub></u> ), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU, JAJ, SOJ<sub>i</sub></u> ),                                                                                                             |                                                                                             |  |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2385.6 kcal; Białko ogółem: 131.93 g; : 93.59 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 342.09 g; Błonnik pokarmowy: 46.84 g; Wapń: 1000.13 mg; Żelazo: 17.37 mg; Witamina A : 3121.52 ug; Sód: 3089.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.18 g; Sacharoza: 30.37 g; Cholesterol: 385.4 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                        | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <div> <div>środa 2024-08-14</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Papryka czerwona(30g) 30 g , | Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Musztarda (1szt-20g) 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ogonówka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                          | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                 | Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2667.11 kcal; Białko ogółem: 142.08 g; : 100.91 g; Tłuszcz: 104.27 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; Wapń: 872.14 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A : 1283.51 ug; Sód: 3060.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.76 g; Sacharoza: 20.65 g; Cholesterol: 450.14 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div> <div>środa 2024-08-14</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Dżem (25g) op 25 g ,                                                                                                     | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2611.8 kcal; Białko ogółem: 113.06 g; : 77.32 g; Tłuszcz: 96.74 g; Węglowodany ogółem: 337.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; Wapń: 907.81 mg; Żelazo: 15.58 mg; Witamina A : 2576.17 ug; Sód: 2893.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.54 g; Sacharoza: 32.88 g; Cholesterol: 509.46 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div> <div>środa 2024-08-14</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Mus z jabłka ( 50g ) 50 g ,                                                                      | Podwieczorek: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g , Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2383.1 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; : 80.95 g; Tłuszcz: 84.41 g; Węglowodany ogółem: 318.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; Wapń: 918.76 mg; Żelazo: 18.8 mg; Witamina A : 2518.62 ug; Sód: 3595.69 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.15 g; Sacharoza: 20.88 g; Cholesterol: 479.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) 60 g ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Polędwica drobiowa (70g) 70 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOJ</u> ), Seler blanszowany(50g) 50 g ( <u>SEL</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Dżem (25g) op 25 g ,                                                                                                                                        | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 1867.52 kcal; Białko ogółem: 99.93 g ; : 66.75 g; Tłuszcz: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 313.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g; Wapń: 915.94 mg; Żelazo: 13.71 mg; Witamina A : 2185.17 ug; Sód: 2751.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.45 g; Sacharoza: 33.42 g; Cholesterol: 189.96 mg;

| środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Dżem (25g) op 25 g ,                                                                                                         | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2795.76 kcal; Białko ogółem: 122.48 g ; : 85.17 g; Tłuszcz: 104.49 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Wapń: 1219.63 mg; Żelazo: 16.86 mg; Witamina A : 2639.98 ug; Sód: 2977.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 50.81 g; Sacharoza: 34.29 g; Cholesterol: 540.33 mg;

| środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) 60 g ( <u>JAJ</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Mus z dyni i jabłka 150 g ,                                                                                                                                   | Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2528.66 kcal; Białko ogółem: 110.51 g ; : 76 g; Tłuszcz: 90.35 g; Węglowodany ogółem: 337.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Wapń: 894.36 mg; Żelazo: 15.67 mg; Witamina A : 2703.93 ug; Sód: 2764.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.48 g; Sacharoza: 49.01 g; Cholesterol: 332.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-08-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                        |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |  |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Dżem (25g) op 25 g ,                                                                                                | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                              |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2449.76 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; : 76.24 g; Tłuszcz: 93.26 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Wapń: 825.39 mg; Żelazo: 15.1 mg; Witamina A : 2533.33 ug; Sód: 2877.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.11 g; Sacharoza: 34.65 g; Cholesterol: 484.62 mg;

| środa 2024-08-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--|--|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ),<br>Ser żółty(60g) 60 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Papryka czerwona(30g) 30 g , | Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) 400 ml ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> , <u><b>SEL<sub>i</sub></b></u> ), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ),<br>Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> , <u><b>JAJ<sub>i</sub></b></u> , <u><b>SOJ<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> , <u><b>SOJ<sub>i</sub></b></u> , <u><b>SEL<sub>i</sub></b></u> , <u><b>GOR<sub>i</sub></b></u> ),<br>Musztarda (1szt-20g) 20 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |                                           |  |  |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ),<br>Ogonówka (30g) 30 g ( <u><b>SOJ<sub>i</sub></b></u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                           |  |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2505.07 kcal; Białko ogółem: 137.78 g ; 99.83 g; Tłuszcz: 100.79 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g; Wapń: 789.72 mg; Żelazo: 13.7 mg; Witamina A : 1240.67 ug; Sód: 3044.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.33 g; Sacharoza: 22.42 g; Cholesterol: 425.3 mg;

| <div>środa 2024-08-14</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>),<br/> Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u>), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, JAJ<sub>i</sub>, SOJ<sub>i</sub></b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u><b>JAJ<sub>i</sub></b></u>),<br/> Sałata zielona II (10g) 10 g ,</p> | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, SEL<sub>i</sub></b></u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, SEL<sub>i</sub></b></u>), Ryż (180g) 180 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u>), Szpinak na gęsto(150g) 150 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, SOJ<sub>i</sub>, MLE<sub>i</sub></b></u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,</p> | <p>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, JAJ<sub>i</sub>, SOJ<sub>i</sub></b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u><b>SOJ<sub>i</sub></b></u>), Mieszanka królewska (110g) 110 g ,</p> |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, JAJ<sub>i</sub>, SOJ<sub>i</sub></b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u>),<br/> Pasta z polędwicy sopockiej z zielonym koperkiem ( 50g ) 50 g , Mus z jabłka ( 50g ) 50 g ,</p>                                                                                                                                                                     | <p><b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt ( <u><b>GLU<sub>i</sub>, JAJ<sub>i</sub>, SOJ<sub>i</sub>, MLE<sub>i</sub>, SEL<sub>i</sub>, GOR<sub>i</sub></b></u>), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,</p>                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2270.96 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; : 58.69 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 332.43 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g; Wapń: 701.94 mg; Żelazo: 20.54 mg; Witamina A : 2469.38 ug; Sód: 3403.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.67 g; Sacharoza: 24.27 g; Cholesterol: 435.92 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| czwartek 2024-08-15                      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , | Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u> ), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos własny (80ml) 80 ml ( <u>GLU, OZ, SOJ, MLE, SEL, SO2</u> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g ( <u>MLE</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Ogonówka (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> ), Sałata lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Tuńczyk w sosie własnym (50g) 50 g ( <u>RYB</u> ), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,                                                                | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2636.95 kcal; Białko ogółem: 149.15 g; : 92.51 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; Błonnik pokarmowy: 40.03 g; Wapń: 1555.92 mg; Żelazo: 19.32 mg; Witamina A : 1340.53 ug; Sód: 2618.31 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.85 g; Sacharoza: 24.18 g; Cholesterol: 458.97 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2024-08-15                      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <u>SOJ, GOR, SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                      | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2564.15 kcal; Białko ogółem: 139.89 g; : 98.13 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 368.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Wapń: 1591.27 mg; Żelazo: 14.61 mg; Witamina A : 2449.07 ug; Sód: 2651.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.26 g; Sacharoza: 30.75 g; Cholesterol: 378 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| czwartek 2024-08-15                      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <u>SOJ, GOR, SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                              | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ), Wafle razowe (20g) 20 g ( <u>ORZ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                            |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2289.25 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; : 54.21 g; Tłuszcz: 67.72 g; Węglowodany ogółem: 365.63 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Wapń: 1013.97 mg; Żelazo: 16.94 mg; Witamina A : 2359.77 ug; Sód: 2506.16 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 33.65 g; Sacharoza: 29.88 g; Cholesterol: 373.2 mg;

| czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Kefir(200g) 200 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) 200 g ( <b>MLE, SEL</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                | <b>Podwieczorek:</b> Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2381.28 kcal; Białko ogółem: 147.52 g; : 109.55 g; Tłuszcz: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g; Wapń: 1463.38 mg; Żelazo: 14.51 mg; Witamina A : 1668.03 ug; Sód: 2718.23 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 16.61 g; Sacharoza: 29.49 g; Cholesterol: 248.97 mg;

| czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor (50g)(VII-X) pieczone 50 g , | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2766.61 kcal; Białko ogółem: 149.38 g; : 105.84 g; Tłuszcz: 80.21 g; Węglowodany ogółem: 393.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.46 g; Wapń: 1909.75 mg; Żelazo: 15.14 mg; Witamina A : 2430.57 ug; Sód: 2719.37 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 39.57 g; Sacharoza: 30.98 g; Cholesterol: 408.63 mg;

| czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Mozzarella 0,5 szt 0.5 x 62.50 g ( <b>MLE</b> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2463.29 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; : 92.82 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; Wapń: 1437.02 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A : 1991.38 ug; Sód: 2618.21 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 31.99 g; Sacharoza: 30.24 g; Cholesterol: 350.19 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-08-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,                                                                                                                                |  |  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , |
| Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Salátka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> , <u>SO2<sub>1</sub></u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                           |  |  | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2367.84 kcal; Białko ogółem: 133.86 g; : 94.53 g; Tłuszcz: 67.57 g; Węglowodany ogółem: 334.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; Wapń: 1385.2 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A : 2404.45 ug; Sód: 2181.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.03 g; Sacharoza: 28.3 g; Cholesterol: 352.03 mg;

| czwartek 2024-08-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  | Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>MLE<sub>1</sub></u> , <u>ORZ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> ), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Sos własny (80ml) 80 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>OZ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>MLE<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> , <u>SO2<sub>1</sub></u> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , |
| Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Ogonówka (50g) 50 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Salátka lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>MLE<sub>1</sub></u> , <u>ORZ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> , <u>SO2<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Tuńczyk w sosie własnym (50g) 50 g ( <u>RYB<sub>1</sub></u> ), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2445.3 kcal; Białko ogółem: 143.53 g; : 89.59 g; Tłuszcz: 81.97 g; Węglowodany ogółem: 316.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Wapń: 1372.7 mg; Żelazo: 18.96 mg; Witamina A : 1300.79 ug; Sód: 2161.25 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.95 g; Sacharoza: 21.79 g; Cholesterol: 435.73 mg;

| czwartek 2024-08-15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , |  |  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> ), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , |
| Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Salátka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,                                                                      |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU<sub>1</sub></u> , <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> , <u>SO2<sub>1</sub></u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                              |  |  | Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  | Posiłek nocny: Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ<sub>1</sub></u> , <u>SOJ<sub>1</sub></u> , <u>SEL<sub>1</sub></u> , <u>GOR<sub>1</sub></u> ), Wafle razowe (20g) 20 g ( <u>ORZ<sub>1</sub></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE<sub>1</sub></u> ),                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2199.44 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; : 50.61 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 356.45 g; Błonnik pokarmowy: 50.81 g; Wapń: 820.4 mg; Żelazo: 17.66 mg; Witamina A : 2315.15 ug; Sód: 2264.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.57 g; Sacharoza: 28.23 g; Cholesterol: 347.23 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| piątek 2024-08-16      Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Ser topiony(50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży(50g) 50 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba (dorsz) smażona w cieście(90g) 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszanej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Pieczarki duszone(100g) 100 g , |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,                                                                              | Podwieczorek: Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2516.57 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; : 64.75 g; Tłuszcz: 97.23 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; Wapń: 959.09 mg; Żelazo: 14.08 mg; Witamina A : 1714.93 ug; Sód: 3061.68 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 37.99 g; Sacharoza: 24.37 g; Cholesterol: 339.03 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2024-08-16      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Dżem (25g) op 25 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                                                          | Podwieczorek: Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2140.08 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; : 67.92 g; Tłuszcz: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 321.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.1 g; Wapń: 815.56 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A : 2461.08 ug; Sód: 2261.49 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 26.56 g; Sacharoza: 41.03 g; Cholesterol: 281.44 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| piątek 2024-08-16      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) 50 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                                                       | Podwieczorek: Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g , Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                                                                         |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2160.09 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; : 75.3 g; Tłuszcz: 57.2 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g; Wapń: 803.67 mg; Żelazo: 13.59 mg; Witamina A : 2433.42 ug; Sód: 2396.82 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.41 g; Sacharoza: 35.23 g; Cholesterol: 314.14 mg;

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Dżem (25g) op 25 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                                                                                                           | Podwieczorek: Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2041.68 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; : 68.18 g; Tłuszcz: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 360.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Wapń: 824.41 mg; Żelazo: 10.07 mg; Witamina A : 4475.13 ug; Sód: 2577.59 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 10.33 g; Sacharoza: 51.62 g; Cholesterol: 208.24 mg;

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Dżem (25g) op 25 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny z miruny (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2</u> ), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka blanszowana ( 30 g) 30 g ,                                                                                      | Podwieczorek: Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2521.66 kcal; Białko ogółem: 120.62 g; : 76.75 g; Tłuszcz: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 370.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Wapń: 1141.91 mg; Żelazo: 11.04 mg; Witamina A : 2555.25 ug; Sód: 2552.15 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.87 g; Sacharoza: 41.84 g; Cholesterol: 331.27 mg;

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłka (150g) 150 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , | Zupa wiejska z makaronem bez konc.pomid.z pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 2. x 60 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g ( <u>OZ</u> , <u>ORZ</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2384.98 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; : 78.1 g; Tłuszcz: 56.66 g; Węglowodany ogółem: 377.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; Wapń: 840.74 mg; Żelazo: 11.65 mg; Witamina A : 4540.58 ug; Sód: 2636.13 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.39 g; Sacharoza: 35.51 g; Cholesterol: 323.14 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Dżem (25g) op 25 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ),<br>Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Energia: 1983.74 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; : 66.84 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Wapń: 733.74 mg; Żelazo: 9.57 mg; Witamina A : 2418.24 ug; Sód: 2244.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.13 g; Sacharoza: 42.8 g; Cholesterol: 256.6 mg;

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Ser topiony(50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży(50g) 50 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba (dorsz) smażona w cieście(90g) 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),<br>Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszanej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Pieczarki duszone(100g) 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,                                                              | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2360.23 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; : 63.67 g; Tłuszcz: 93.78 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.85 g; Wapń: 877.27 mg; Żelazo: 13.66 mg; Witamina A : 1672.09 ug; Sód: 3045.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.56 g; Sacharoza: 26.14 g; Cholesterol: 314.19 mg;

| piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Powidla z jabłka z cynamonem (50g) 50 g , | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g ( <u>SEL</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,                                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g , Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2110.25 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; : 74.22 g; Tłuszcz: 54.6 g; Węglowodany ogółem: 325.88 g; Błonnik pokarmowy: 44.73 g; Wapń: 734.35 mg; Żelazo: 14.32 mg; Witamina A : 2390.58 ug; Sód: 2608.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.13 g; Sacharoza: 37.8 g; Cholesterol: 289.3 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Surówka z jarzyn z jabłkiem i jogurtem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży(50g) 50 g , Musztarda (1szt-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                                                                                    | Podwieczorek: Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),                                                                         | Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2963.27 kcal; Białko ogółem: 132.34 g; : 90.78 g; Tłuszcz: 131.97 g; Węglowodany ogółem: 344.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; Wapń: 937.16 mg; Żelazo: 16.79 mg; Witamina A : 2955.6 ug; Sód: 3277.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.97 g; Sacharoza: 35.7 g; Cholesterol: 627.16 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                                    | Podwieczorek: Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2809.29 kcal; Białko ogółem: 125.69 g; : 83.27 g; Tłuszcz: 111.35 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Wapń: 982.84 mg; Żelazo: 14.72 mg; Witamina A : 2894.1 ug; Sód: 2664.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.76 g; Sacharoza: 35.66 g; Cholesterol: 591.18 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                            | Podwieczorek: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2690.81 kcal; Białko ogółem: 141.12 g; : 101.75 g; Tłuszcz: 109.93 g; Węglowodany ogółem: 321.4 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g; Wapń: 1113.09 mg; Żelazo: 16.89 mg; Witamina A : 2820.89 ug; Sód: 3321.97 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.9 g; Sacharoza: 20.51 g; Cholesterol: 598.66 mg;

| sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g ( <b>JAJ</b> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż (180g) 180 g ( <b>GLU</b> ), Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Salata zielona(10g) 0.05 szt , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                                                                                  | Podwieczorek: Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g ,                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2190.79 kcal; Białko ogółem: 139.61 g; : 98.86 g; Tłuszcz: 44.81 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Wapń: 696.72 mg; Żelazo: 12.73 mg; Witamina A : 2524.46 ug; Sód: 1959.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.9 g; Sacharoza: 27.9 g; Cholesterol: 339.06 mg;

| sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ), | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <b>SOJ</b> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Mieszanek królewska (110g) 110 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                                  | Podwieczorek: Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 3149.1 kcal; Białko ogółem: 139.34 g; : 91.6 g; Tłuszcz: 120.89 g; Węglowodany ogółem: 400.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g; Wapń: 1309.41 mg; Żelazo: 16.25 mg; Witamina A : 2918.96 ug; Sód: 2939.36 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.53 g; Sacharoza: 37.74 g; Cholesterol: 623.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-08-17      Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) 150 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g , Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ),                         | <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2570.22 kcal; Białko ogółem: 126.68 g; : 84.05 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 348.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Wapń: 1028.7 mg; Żelazo: 12.79 mg; Witamina A : 2147.32 ug; Sód: 2076.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.3 g; Sacharoza: 33.96 g; Cholesterol: 545.8 mg;

| sobota 2024-08-17      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                 | <b>Podwieczorek:</b> Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2650.85 kcal; Białko ogółem: 121.66 g; : 82.19 g; Tłuszcz: 107.21 g; Węglowodany ogółem: 320.1 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Wapń: 896.82 mg; Żelazo: 13.49 mg; Witamina A : 2851.26 ug; Sód: 2453.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.14 g; Sacharoza: 37.16 g; Cholesterol: 566.34 mg;

| sobota 2024-08-17      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), | Zupa ziemniaczana z ciociorką i pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Surówka z jarzyn z jabłkiem i jogurtem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Ogórek świeży(50g) 50 g , Musztarda (1szt-20g) 20 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) 70 g ,                                                                                 | <b>Podwieczorek:</b> Galaretka owocowa z truskawkami mr.(120ml/30g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2804.83 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; : 89.7 g; Tłuszcz: 127.83 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Wapń: 851.14 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A : 2912.76 ug; Sód: 3066.46 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.35 g; Sacharoza: 37.2 g; Cholesterol: 602.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-08-17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g , |  | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ryż (180g) 180 g ( <u>GLU</u> ), Jarzynka oprószana (150g) 150 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , |                                                                                             | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Mozarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g , |  |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ), Buraczki gotowane w plasterach ( 50g ) 70 g ,                                                                                                                |  | Podwieczorek: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                             | Posiłek nocny: Kanapka z polędwicą drobiową na pieczywie razowym (1 szt.-70g ) 70 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR, SO2</u> ), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,                                                                                                                         |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2584.31 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; : 79.99 g; Tłuszcz: 101.63 g; Węglowodany ogółem: 335.48 g; Błonnik pokarmowy: 44.68 g; Wapń: 893.54 mg; Żelazo: 17.86 mg; Witamina A : 2770.45 ug; Sód: 2952.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.18 g; Sacharoza: 23.61 g; Cholesterol: 554.42 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                            | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty (50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                               | Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2624.37 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; : 78.42 g; Tłuszcz: 97.42 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Wapń: 871.02 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A : 2010.31 ug; Sód: 2190.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.37 g; Sacharoza: 39.6 g; Cholesterol: 287.04 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                       | Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) 150 g ,                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2326.87 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; : 83.8 g; Tłuszcz: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; Wapń: 797.64 mg; Żelazo: 11.39 mg; Witamina A : 1816.11 ug; Sód: 1888.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.11 g; Sacharoza: 41.49 g; Cholesterol: 290.84 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                               | Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2071.37 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; : 67.72 g; Tłuszcz: 57.28 g; Węglowodany ogółem: 318.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Wapń: 954.64 mg; Żelazo: 13.46 mg; Witamina A : 1760.11 ug; Sód: 1927.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.83 g; Sacharoza: 20.31 g; Cholesterol: 279.44 mg;

|                                                                                             |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa) |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegreť(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Twaróg chudy (50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Energia: 1965.97 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; : 71.87 g; Tłuszcz: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; Wapń: 900.14 mg; Żelazo: 11.29 mg; Witamina A : 1546.71 ug; Sód: 1915.59 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 11.95 g; Sacharoza: 19.59 g; Cholesterol: 207.34 mg;

| niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b>                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z polędwicy drobiowej z zielonym koperkiem (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                                                | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2670.46 kcal; Białko ogółem: 132.61 g; : 92.63 g; Tłuszcz: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 403.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; Wapń: 1170.21 mg; Żelazo: 13.06 mg; Witamina A : 4226.25 ug; Sód: 2319.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.83 g; Sacharoza: 47.32 g; Cholesterol: 340.67 mg;

| niedziela 2024-08-18 <b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b>                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z marchewki blanszowana(150g) 150 g , | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Biskopity (20g) 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2244.78 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; : 75.64 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.4 g; Wapń: 1046.35 mg; Żelazo: 11.59 mg; Witamina A : 4551.55 ug; Sód: 2157.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.84 g; Sacharoza: 32.78 g; Cholesterol: 348.84 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ),<br>Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g ,<br>Sałata zielona z sosem vinegreť(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) 150 g ,                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2171.73 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; : 82.72 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węglowodany ogółem: 312.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g; Wapń: 717.92 mg; Żelazo: 11 mg; Witamina A : 1773.27 ug; Sód: 1871.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.68 g; Sacharoza: 43.23 g; Cholesterol: 266 mg;

| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g ,<br>Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),<br>Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ),<br>Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty (50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,                                                        | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) 150 g ,                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2469.23 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; : 77.34 g; Tłuszcz: 94.15 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Wapń: 791.3 mg; Żelazo: 13.47 mg; Witamina A : 1967.47 ug; Sód: 2172.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.94 g; Sacharoza: 41.34 g; Cholesterol: 262.2 mg;

| niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica drobiowa (50g) 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ),<br>Roszponka (7g) 7 g , | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g ,<br>Sałata zielona z sosem vinegreť(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser żółty(30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                                                                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2022.73 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 313.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; Wapń: 887.42 mg; Żelazo: 14.22 mg; Witamina A : 1717.27 ug; Sód: 2138.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.55 g; Sacharoza: 22.85 g; Cholesterol: 254.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <b>SOJ</b> ), Papryka czerwona II(30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>ORZ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g ( <b>MLE</b> ), Miód (25g) 25 g ,                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,                                                                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2499.91 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; : 52.91 g; Tłuszcz: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 360.26 g; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; Wapń: 823.99 mg; Żelazo: 15.84 mg; Witamina A : 2405.68 ug; Sód: 3113.79 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.88 g; Sacharoza: 16.41 g; Cholesterol: 337.55 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka (30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałatka z kalafiora mroż.,groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód (25g) 25 g ,     |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                   | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2398.4 kcal; Białko ogółem: 136.97 g; : 100.73 g; Tłuszcz: 58.2 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Wapń: 1211.85 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A : 1596.11 ug; Sód: 3139.22 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.1 g; Sacharoza: 17.43 g; Cholesterol: 235.34 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka (30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałatka z kalafiora mroż.,groszku mroż.z zieloną pietruszką z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka ( 50g ) 50 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <b>SOJ</b> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,          | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel bez cukru(150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,         |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2412.98 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; : 67.23 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Wapń: 688.55 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A : 1498.66 ug; Sód: 3697.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.22 g; Sacharoza: 25.77 g; Cholesterol: 295.54 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka (30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Surówka z marchwi i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód (25g) 25 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                           | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,           |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2191.82 kcal; Białko ogółem: 133.71 g; : 100.51 g; Tłuszcz: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; Wapń: 1232.14 mg; Żelazo: 9.48 mg; Witamina A : 3726.47 ug; Sód: 3222.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.72 g; Sacharoza: 20.83 g; Cholesterol: 160.94 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka blanszowana ( 30 g ) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Miód (25g) 25 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt , Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                         | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Mus z jabłka ( 50g ) 50 g ,                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2600.53 kcal; Białko ogółem: 143.71 g; : 108.44 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 382.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Wapń: 1514.19 mg; Żelazo: 11.19 mg; Witamina A : 1655.64 ug; Sód: 3226.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.34 g; Sacharoza: 21.36 g; Cholesterol: 265.97 mg;

| poniedziałek 2024-08-19 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka blanszowana ( 30 g ) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <b>MLE</b> ), Mus z jabłka ( 50g ) 50 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Skyr naturalny (350g) 350 g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,                                                            | <b>Podwieczorek:</b> Budyń słodzony (150ml) 150 ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2514.38 kcal; Białko ogółem: 138.09 g; : 104.7 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 373.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g; Wapń: 1400.44 mg; Żelazo: 9.58 mg; Witamina A : 3984.37 ug; Sód: 3276.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.25 g; Sacharoza: 41.17 g; Cholesterol: 251.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka (30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>SEL</u> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 25 g ,                                          |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Skyr naturalny (350g) 350 g ( <u>MLE</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                     | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2200.81 kcal; Białko ogółem: 131.62 g; : 97.81 g; Tłuszcz: 52.68 g; Węglowodany ogółem: 317.87 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Wapń: 1032.33 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A : 1556.47 ug; Sód: 2677.66 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.13 g; Sacharoza: 14.98 g; Cholesterol: 212.1 mg;

| poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Papryka czerwona II(30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>SEL</u> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 25 g ,                                                            | <b>Podwieczorek:</b> Brzoskwinia z puszki (45g) 45 g ,                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2302.32 kcal; Białko ogółem: 90.6 g; : 49.99 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Wapń: 644.47 mg; Żelazo: 15.43 mg; Witamina A : 2366.04 ug; Sód: 2652.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.91 g; Sacharoza: 13.96 g; Cholesterol: 314.31 mg;

| poniedziałek 2024-08-19      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kefir(200g) 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka ( 50g ) 50 g , Marchewka (30g) 30 g , | Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>SEL</u> ), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.z zieloną pietruszką z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg chudy (60g) 60 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłka ( 50g ) 50 g ,                              |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) 100 g ( <u>SOJ</u> ), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel bez cukru(150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2321.89 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; : 64.31 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 349.1 g; Błonnik pokarmowy: 42.21 g; Wapń: 521.53 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A : 1459.02 ug; Sód: 3464.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.4 g; Sacharoza: 24.12 g; Cholesterol: 272.3 mg;

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A

| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2024-08-20      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , | Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml ( <u>SEL</u> ), Ryba panierowana ( 90g ) 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2745.28 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; : 86.37 g; Tłuszcz: 102.48 g; Węglowodany ogółem: 364.9 g; Błonnik pokarmowy: 38.34 g; Wapń: 917.79 mg; Żelazo: 16.46 mg; Witamina A : 1904.77 ug; Sód: 2529.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.09 g; Sacharoza: 40.83 g; Cholesterol: 627.76 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2024-08-20      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , | Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2602.84 kcal; Białko ogółem: 127.58 g; : 87.52 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.7 g; Wapń: 933.54 mg; Żelazo: 14.37 mg; Witamina A : 2213.97 ug; Sód: 2247.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.21 g; Sacharoza: 42.26 g; Cholesterol: 614.56 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2024-08-20      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</b>                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , | Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                               | <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Serek grani (200g) 200 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ),                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2599.37 kcal; Białko ogółem: 148.03 g; : 109.45 g; Tłuszcz: 90.65 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; Błonnik pokarmowy: 42.82 g; Wapń: 880.25 mg; Żelazo: 17.19 mg; Witamina A : 2370.85 ug; Sód: 3027.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.11 g; Sacharoza: 32.37 g; Cholesterol: 642.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-08-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g ( <u>JAJ</u> ), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , | Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Polędwica drobiowa (30g) 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u> ), Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                   | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2137.42 kcal; Białko ogółem: 127.02 g; : 90.1 g; Tłuszcz: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 335.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Wapń: 901 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A : 1851.05 ug; Sód: 2101.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.4 g; Sacharoza: 36.87 g; Cholesterol: 357.04 mg;

| wtorek 2024-08-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g , | Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Pulpet rybny z miruny (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2</u> ), Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,                                                                                                                          | Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2947.25 kcal; Białko ogółem: 137.33 g; : 95.87 g; Tłuszcz: 100.32 g; Węglowodany ogółem: 398.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Wapń: 1255.63 mg; Żelazo: 15.71 mg; Witamina A : 2188.91 ug; Sód: 2344.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.02 g; Sacharoza: 57.56 g; Cholesterol: 663.19 mg;

| wtorek 2024-08-20 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaja z zieloną pietruszką (50g) 35 g ( <u>JAJ</u> ), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ), | Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny z miruny (70g) 70 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2</u> ), Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                                   | Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,                                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2836.56 kcal; Białko ogółem: 155.57 g; : 118.5 g; Tłuszcz: 94.11 g; Węglowodany ogółem: 363.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; Wapń: 1196.41 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A : 2251.89 ug; Sód: 3059.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.93 g; Sacharoza: 54.93 g; Cholesterol: 661.24 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| wtorek 2024-08-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>),<br/> Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,</p> |  | <p>Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>, <u><b>ORZ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>, <u><b>GOR<sub>1</sub></b></u>), Ziemniaki (220g) 220 g ,<br/> Sałatka z buraczków i jabłka na wino(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,</p> |                                             | <p>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>),</p> |  |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,</p>                                                                                                                                           |  | <p><b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                             | <p><b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),</p>                                |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2446.5 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; : 86.44 g; Tłuszcz: 83.38 g; Węglowodany ogółem: 321.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g; Wapń: 851.72 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A : 2171.13 ug; Sód: 2231.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.78 g; Sacharoza: 44.03 g; Cholesterol: 589.72 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| wtorek 2024-08-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g (<u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>),<br/> Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,</p> |  | <p>Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>),<br/> Ryba panierowana ( 90g ) 90 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na wino(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,</p> |                                           | <p>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SOJ<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>SEL<sub>1</sub></b></u>),</p> |  |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,</p>                                                                                                                                    |  | <p><b>Podwieczorek:</b> Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                           |                                           | <p><b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>, <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>, <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),</p>                                                                                                                                                                        |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2502.14 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; : 85.26 g; Tłuszcz: 98.58 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; Wapń: 830.02 mg; Żelazo: 15.62 mg; Witamina A : 1861.93 ug; Sód: 2376.45 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.56 g; Sacharoza: 42.11 g; Cholesterol: 602.92 mg;

| wtorek 2024-08-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub></b></u>), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u><b>JAJ<sub>1</sub></b></u>),<br/> Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,</p> |  | <p>Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SEL<sub>1</sub></b></u>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub>, MLE<sub>1</sub>, ORZ<sub>1</sub>, SEL<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></b></u>), Ziemniaki (220g) 220 g ,<br/> Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,</p> |                                                                                             | <p>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, SEL<sub>1</sub></b></u>),</p>                                                                              |  |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub></b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>1</sub></b></u>),<br/> Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,</p>                                                                                                                                                                                                         |  | <p><b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                             | <p><b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub>, MLE<sub>1</sub>, SEL<sub>1</sub>, GOR<sub>1</sub></b></u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u><b>GLU<sub>1</sub>, JAJ<sub>1</sub>, SOJ<sub>1</sub>, SEL<sub>1</sub></b></u>),</p> |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2492.93 kcal; Białko ogółem: 129.05 g; : 87.19 g; Tłuszcz: 83.12 g; Węglowodany ogółem: 349.8 g; Błonnik pokarmowy: 50.47 g; Wapń: 664.03 mg; Żelazo: 18.99 mg; Witamina A : 2321.61 ug; Sód: 2834.66 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.63 g; Sacharoza: 35.76 g; Cholesterol: 599.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>środa 2024-08-21                      Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <u><b>GLU, MLE<sub>i</sub></b></u> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u><b>GLU, SOJ, SEL, GOR<sub>i</sub></b></u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u><b>GLU, JAJ, MLE, SEL<sub>i</sub></b></u> ), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) 80 ml ( <u><b>GLU, SEL<sub>i</sub></b></u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Kapusta czerwona zasmażana(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u><b>GLU, MLE<sub>i</sub></b></u> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u><b>GLU, JAJ, SOJ<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g ( <u><b>JAJ, MLE<sub>i</sub></b></u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Twaróg półtłusty (50g) 50 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Powidła śliwekowe(40g) 40 g ,                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u><b>GLU<sub>i</sub></b></u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u><b>MLE<sub>i</sub></b></u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2521.46 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; : 59.03 g; Tłuszcz: 83.19 g; Węglowodany ogółem: 369.17 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Wapń: 759.5 mg; Żelazo: 17 mg; Witamina A : 1614.76 ug; Sód: 2510.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.56 g; Sacharoza: 23.78 g; Cholesterol: 418.24 mg;

| środa 2024-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u><b>GLU, MLE,</b></u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u><b>GLU,</b></u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u><b>MLE,</b></u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u><b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b></u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,</p> |  | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) 400 ml (<u><b>GLU, JAJ, SEL,</b></u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u><b>GLU, JAJ,</b></u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u><b>GLU, SEL,</b></u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200</p> |                                   | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <u><b>GLU, MLE,</b></u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u><b>GLU,</b></u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u><b>MLE,</b></u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u><b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b></u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u><b>JAJ,</b></u>), Roszponka (7g) 7 g ,</p> |  |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u><b>GLU,</b></u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u><b>MLE,</b></u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u><b>MLE,</b></u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,</p>                                                                                                       |  | <p><b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                   | <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2321.75 kcal; Białko ogółem: 94.54 g ; : 53.14 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Wapń: 993.26 mg; Żelazo: 12.75 mg; Witamina A : 2036.9 ug; Sód: 1944.42 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 29.13 g; Sacharoza: 39.85 g; Cholesterol: 419.67 mg;

| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>środa 2024-08-21</b></p> <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,</p> | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200</p> |
| <p><b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Mus z czarnej porzeczki b/c (150) 150 g ,</p>                                                                                                                       | <p><b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p><b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>),</p>                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia: 2292.51 kcal; Białko ogółem: 99 g ; : 55.87 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.02 g; Wapń: 988.77 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A : 2217.64 ug; Sód: 2074.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.41 g; Sacharoza: 25.34 g; Cholesterol: 433.62 mg;

| środa 2024-08-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera i marchwi na winno (150g) 150 g ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) 45 g ( <b>JAJ</b> ), Roszponka (7g) 7 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Mus z czarnej porzeczki słodzony(150g) 150 ml ,                                                                 | Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,                                                                                                                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2144.3 kcal; Białko ogółem: 104.33 g ; : 61.6 g; Tłuszcz: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 367.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Wapń: 807.47 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A : 2237.06 ug; Sód: 2189.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.48 g; Sacharoza: 38.95 g; Cholesterol: 241.04 mg;

| środa 2024-08-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Dżem (25g) op 25 g , | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Mozarella (30g) 30 g ( <b>MLE</b> ), Mus z czarnej porzeczki słodzony(150g) 150 ml ,                                                                                      | Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2602.44 kcal; Białko ogółem: 103.86 g ; : 60.99 g; Tłuszcz: 76.94 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; Wapń: 1302.77 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A : 1981.23 ug; Sód: 2014.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.59 g; Sacharoza: 49.46 g; Cholesterol: 450.54 mg;

| środa 2024-08-21 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos z oregano (80ml) 80 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) 150 g ( <b>SEL</b> ), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) 45 g ( <b>JAJ</b> ), Roszponka (7g) 7 g , |
| II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(40g) 40 g ,                                                                                                                   | Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2456.42 kcal; Białko ogółem: 100.07 g ; : 62.15 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 372.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; Wapń: 835.98 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A : 2646.3 ug; Sód: 2193.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.91 g; Sacharoza: 55.5 g; Cholesterol: 316.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-08-21      Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ),<br>Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,                                                                                            | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g ,                                                                                                                                                                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2134.34 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; : 51.38 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 321.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Wapń: 873.79 mg; Żelazo: 11.41 mg; Witamina A : 1989.08 ug; Sód: 1918.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.91 g; Sacharoza: 41.38 g; Cholesterol: 392.1 mg;

| środa 2024-08-21      Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>Szynka konserwowa (50g) 50 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u> ), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Kasza jęczmienna (180g) 180 g ,<br>Ziemniaki (220g) 220 g , Kapusta czerwona zasmażana(150g) 150 g ,<br>Kompot z owoców (200ml) 200 ml , | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Twaróg półtłusty (50g) 50 g ( <u>MLE</u> ), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,                                                                                | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g ( <u>GLU</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,                                                                                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2627.47 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; : 57.99 g; Tłuszcz: 82.4 g; Węglowodany ogółem: 396.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; Wapń: 679.38 mg; Żelazo: 17.19 mg; Witamina A : 1615.62 ug; Sód: 2514.3 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.57 g; Sacharoza: 26.81 g; Cholesterol: 405.8 mg;

| środa 2024-08-21      Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) 180 g ( <u>MLE</u> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka ( 60g ) 60 g ( <u>GLU</u> ), Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (10g) 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka z indyka (50g) 50 g ( <u>JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ), Sałata zielona II (10g) 10 g , | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Ziemniaki (220g) 220 g ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 | Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy ( 2 kromki )(100g) 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (15g) 15 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Roszponka (7g) 7 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy ( 1 kromka )(50g) 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ</u> ), Masło ekstra (5g) 5 g ( <u>MLE</u> ), Mozzarella (30g) 30 g ( <u>MLE</u> ), Mus z czarnej porzeczki b/c (150) 150 g ,                                                                                                                               | <b>Podwieczorek:</b> Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy w tubce (100g ) 100 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt ( <u>GLU, JAJ, SOJ, SEL</u> ),                                                                                                                             |

**Wartości odżywcze:** Energia: 2211.6 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; : 54.11 g; Tłuszcz: 61.64 g; Węglowodany ogółem: 351.86 g; Błonnik pokarmowy: 49.14 g; Wapń: 881.8 mg; Żelazo: 15.49 mg; Witamina A : 2169.82 ug; Sód: 2276.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.34 g; Sacharoza: 27.67 g; Cholesterol: 406.05 mg;