

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-11-28Jadłospis 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 rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym(łopatka)(450g) 450 g (<u>GLU</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>), 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>), Chrzan tarty(15g) 15 g (<u>MLE</u>), Oliwki (5szt. ok 20g) 20 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: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2614.61 kcal; Białko ogółem: 103.77 g ; : 64.61 g; Tłuszcz: 100.79 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Wapń: 975.65 mg; Żelazo: 13.96 mg; Witamina A : 2408.59 ug; Sód: 4368.46 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.13 g; Sacharoza: 24.84 g; Cholesterol: 456.04 mg;

czwartek 2024-11-28Jadłospis 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 rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>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: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2438.52 kcal; Białko ogółem: 112.82 g ; : 72.21 g; Tłuszcz: 72.05 g; Węglowodany ogółem: 359.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; Wapń: 1060.66 mg; Żelazo: 14.34 mg; Witamina A : 2904.88 ug; Sód: 2155.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.39 g; Sacharoza: 29.37 g; Cholesterol: 427.24 mg;

czwartek 2024-11-28Jadłospis 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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<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>), 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</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>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2469.94 kcal; Białko ogółem: 129.37 g ; : 89.04 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Wapń: 991.1 mg; Żelazo: 16.4 mg; Witamina A : 2921.58 ug; Sód: 2696.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.78 g; Sacharoza: 24.74 g; Cholesterol: 464.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2215.6 kcal; Białko ogółem: 113.75 g ; 68.4 g; Tłuszcz: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 360.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.3 g; Wapń: 1002.69 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A : 2150.51 ug; Sód: 2082.41 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 16.26 g; Sacharoza: 28.95 g; Cholesterol: 189.26 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta					
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),			Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (25g) op 25 g ,		
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g ,			Podwieczorek: Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) 150 ml ,			Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2933.74 kcal; Białko ogółem: 126.57 g ; 80.54 g; Tłuszcz: 82.95 g; Węglowodany ogółem: 447.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Wapń: 1392.12 mg; Żelazo: 15.79 mg; Witamina A : 2981.99 ug; Sód: 2446.12 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 38.43 g; Sacharoza: 65.91 g; Cholesterol: 459.33 mg;

czwartek 2024-11-28		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2533.72 kcal; Białko ogółem: 116.36 g ; 75.45 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Wapń: 1127.68 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 2473.02 ug; Sód: 2205.6 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 35.98 g; Sacharoza: 41.59 g; Cholesterol: 432.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2258.45 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; : 69.29 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; Wapń: 881.58 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A : 2880.24 ug; Sód: 1695.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.7 g; Sacharoza: 26.92 g; Cholesterol: 404.02 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym(łopatka)(450g) 450 g (<u>GLU₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Chrzan tarty(15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2417.02 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; : 61.69 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Wapń: 796.13 mg; Żelazo: 13.55 mg; Witamina A : 2368.95 ug; Sód: 3906.9 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.16 g; Sacharoza: 22.39 g; Cholesterol: 432.8 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2297.45 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; : 70.16 g; Tłuszcz: 68.5 g; Węglowodany ogółem: 344.3 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g; Wapń: 970.08 mg; Żelazo: 17.12 mg; Witamina A : 2866.74 ug; Sód: 1816.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.58 g; Sacharoza: 24.89 g; Cholesterol: 426.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-11-28Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym(łopatka)(450g) 450 g (<u>GLU₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Chrzan tarty(15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2614.61 kcal; Białko ogółem: 103.77 g ; : 64.61 g; Tłuszcz: 100.79 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Wapń: 975.65 mg; Żelazo: 13.96 mg; Witamina A : 2408.59 ug; Sód: 4368.46 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.13 g; Sacharoza: 24.84 g; Cholesterol: 456.04 mg;

czwartek 2024-11-28Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2438.52 kcal; Białko ogółem: 112.82 g ; : 72.21 g; Tłuszcz: 72.05 g; Węglowodany ogółem: 359.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; Wapń: 1060.66 mg; Żelazo: 14.34 mg; Witamina A : 2904.88 ug; Sód: 2155.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.39 g; Sacharoza: 29.37 g; Cholesterol: 427.24 mg;

czwartek 2024-11-28Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2469.94 kcal; Białko ogółem: 129.37 g ; : 89.04 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; Wapń: 991.1 mg; Żelazo: 16.4 mg; Witamina A : 2921.58 ug; Sód: 2696.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.78 g; Sacharoza: 24.74 g; Cholesterol: 464.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-28		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2215.6 kcal; Białko ogółem: 113.75 g ; 68.4 g; Tłuszcz: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 360.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.3 g; Wapń: 1002.69 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A : 2150.51 ug; Sód: 2082.41 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 16.26 g; Sacharoza: 28.95 g; Cholesterol: 189.26 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),		Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g ,		Podwieczorek: Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2933.74 kcal; Białko ogółem: 126.57 g ; 80.54 g; Tłuszcz: 82.95 g; Węglowodany ogółem: 447.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Wapń: 1392.12 mg; Żelazo: 15.79 mg; Witamina A : 2981.99 ug; Sód: 2446.12 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 38.43 g; Sacharoza: 65.91 g; Cholesterol: 459.33 mg;

czwartek 2024-11-28		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2533.72 kcal; Białko ogółem: 116.36 g ; 75.45 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Wapń: 1127.68 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 2473.02 ug; Sód: 2205.6 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 35.98 g; Sacharoza: 41.59 g; Cholesterol: 432.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2258.45 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; : 69.29 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; Wapń: 881.58 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A : 2880.24 ug; Sód: 1695.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.7 g; Sacharoza: 26.92 g; Cholesterol: 404.02 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym(łopatka)(450g) 450 g (<u>GLU₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Chrzan tarty(15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Rogal maślany (1/2 szt. -50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2417.02 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; : 61.69 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Wapń: 796.13 mg; Żelazo: 13.55 mg; Witamina A : 2368.95 ug; Sód: 3906.9 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.16 g; Sacharoza: 22.39 g; Cholesterol: 432.8 mg;

czwartek 2024-11-28			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa rosół jarski z kaszą manną z talarkami marchewki(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2297.45 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; : 70.16 g; Tłuszcz: 68.5 g; Węglowodany ogółem: 344.3 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g; Wapń: 970.08 mg; Żelazo: 17.12 mg; Witamina A : 2866.74 ug; Sód: 1816.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.58 g; Sacharoza: 24.89 g; Cholesterol: 426.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-11-29 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>), Twaróg chudy (80g) 80 g (<u>MLE</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Schab w cieście(80g) 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), Ogonówka (70g) 70 g (<u>SOJ</u>), Salata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</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>), 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2691.22 kcal; Białko ogółem: 113.79 g ; : 63.38 g; Tłuszcz: 108.23 g; Węglowodany ogółem: 345.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Wapń: 930.57 mg; Żelazo: 13.06 mg; Witamina A : 3601.51 ug; Sód: 2250.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.93 g; Sacharoza: 26.86 g; Cholesterol: 293.83 mg;

piątek 2024-11-29 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>), Poledwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), 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>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2476.18 kcal; Białko ogółem: 115.09 g ; : 72.55 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Wapń: 1209.28 mg; Żelazo: 10.79 mg; Witamina A : 4212.55 ug; Sód: 1916.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.11 g; Sacharoza: 25.45 g; Cholesterol: 317.82 mg;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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>), Poledwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), 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>),
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>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2352.08 kcal; Białko ogółem: 111.94 g ; : 70.63 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Wapń: 1178.78 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A : 4175.75 ug; Sód: 1895.81 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.47 g; Sacharoza: 24.37 g; Cholesterol: 313.02 mg;

piątek 2024-11-29 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>), Poledwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Marchew gotowana(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>), 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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia: 2071.4 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; : 67.56 g; Tłuszcz: 29.2 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Wapń: 885.43 mg; Żelazo: 9.79 mg; Witamina A : 4088.97 ug; Sód: 2457.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 11.59 g; Sacharoza: 25.07 g; Cholesterol: 113.14 mg;

piątek 2024-11-29 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 ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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 (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (15g) 15 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>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2789.46 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; : 80.74 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 417.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; Wapń: 1530.92 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A : 4152.29 ug; Sód: 2177.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.92 g; Sacharoza: 26.2 g; Cholesterol: 349.65 mg;

piątek 2024-11-29 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 polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<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>), Twaróg chudy z ziel.koperkiem(40g) 40 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń bez cukru(150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2552.53 kcal; Białko ogółem: 122.06 g; : 82.53 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 383.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Wapń: 1370.91 mg; Żelazo: 9.84 mg; Witamina A : 3945.83 ug; Sód: 2087.55 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.49 g; Sacharoza: 32.92 g; Cholesterol: 293.74 mg;

piątek 2024-11-29 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , 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>), 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>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2299.74 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; : 70.03 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Wapń: 1076.46 mg; Żelazo: 10.34 mg; Witamina A : 4164.91 ug; Sód: 1881.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.05 g; Sacharoza: 26.92 g; Cholesterol: 290.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-29 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>), Twaróg chudy (80g) 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Schab w cieście bez mleka(80g) 80 g (<u>GLU, JAJ,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , Kompot z owoców (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 (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Ogónówka (70g) 70 g (<u>SOJ,</u>), Salata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</u>),
II Śniadanie: 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, MLE, SEL, GOR,</u>), Różpłonka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2507.32 kcal; Białko ogółem: 107.7 g; : 59.64 g; Tłuszcz: 102.89 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; Wapń: 753.86 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A : 3556.91 ug; Sód: 2199.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.25 g; Sacharoza: 28.45 g; Cholesterol: 261.68 mg;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE₁</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU, SEL₁</u>), Sos pomidorowy z bazylia (80ml) 80 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2302.24 kcal; Białko ogółem: 111.19 g ; 69.55 g; Tłuszcz: 61.13 g; Węglowodany ogółem: 362.07 g; Błonnik pokarmowy: 43.98 g; Wapń: 1109.46 mg; Żelazo: 13.71 mg; Witamina A : 4132.91 ug; Sód: 2107.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.19 g; Sacharoza: 26.94 g; Cholesterol: 288.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-11-29Jadłospis 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>), Twaróg chudy (80g) 80 g (<u>MLE</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Schab w cieście(80g) 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), Ogonówka (70g) 70 g (<u>SOJ</u>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</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>), 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2691.22 kcal; Białko ogółem: 113.79 g ; 63.38 g; Tłuszcz: 108.23 g; Węglowodany ogółem: 345.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Wapń: 930.57 mg; Żelazo: 13.06 mg; Witamina A : 3601.51 ug; Sód: 2250.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.93 g; Sacharoza: 26.86 g; Cholesterol: 293.83 mg;

piątek 2024-11-29Jadłospis 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), 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>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2476.18 kcal; Białko ogółem: 115.09 g ; 72.55 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g; Wapń: 1209.28 mg; Żelazo: 10.79 mg; Witamina A : 4212.55 ug; Sód: 1916.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.11 g; Sacharoza: 25.45 g; Cholesterol: 317.82 mg;

piątek 2024-11-29Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), 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>),
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>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2352.08 kcal; Białko ogółem: 111.94 g ; 70.63 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Wapń: 1178.78 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A : 4175.75 ug; Sód: 1895.81 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.47 g; Sacharoza: 24.37 g; Cholesterol: 313.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-29Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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 ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Marchew gotowana(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>), 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>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2071.4 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; : 67.56 g; Tłuszcz: 29.2 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Wapń: 885.43 mg; Żelazo: 9.79 mg; Witamina A : 4088.97 ug; Sód: 2457.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 11.59 g; Sacharoza: 25.07 g; Cholesterol: 113.14 mg;

piątek 2024-11-29Jadłospis 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 ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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 (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (15g) 15 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>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2789.46 kcal; Białko ogółem: 126.56 g; : 80.74 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 417.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; Wapń: 1530.92 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A : 4152.29 ug; Sód: 2177.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.92 g; Sacharoza: 26.2 g; Cholesterol: 349.65 mg;

piątek 2024-11-29Jadłospis 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 polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(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>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<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>), Twaróg chudy z ziel.koperkiem(40g) 40 g (<u>MLE</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Budyń bez cukru(150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2552.53 kcal; Białko ogółem: 122.06 g; : 82.53 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 383.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Wapń: 1370.91 mg; Żelazo: 9.84 mg; Witamina A : 3945.83 ug; Sód: 2087.55 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.49 g; Sacharoza: 32.92 g; Cholesterol: 293.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-11-29 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , 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>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU, SEL</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>),
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2299.74 kcal; Białko ogółem: 109.95 g ; 70.03 g; Tłuszcz: 64.08 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Wapń: 1076.46 mg; Żelazo: 10.34 mg; Witamina A : 4164.91 ug; Sód: 1881.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.05 g; Sacharoza: 26.92 g; Cholesterol: 290.58 mg;

piątek 2024-11-29 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>), Twaróg chudy (80g) 80 g (<u>MLE</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Schab w cieście bez mleka(80g) 80 g (<u>GLU, JAJ</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , Kompot z owoców (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 (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Ogonówka (70g) 70 g (<u>SOJ</u>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2</u>),
II Śniadanie: 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, MLE, SEL, GOR</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2507.32 kcal; Białko ogółem: 107.7 g ; 59.64 g; Tłuszcz: 102.89 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; Wapń: 753.86 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A : 3556.91 ug; Sód: 2199.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.25 g; Sacharoza: 28.45 g; Cholesterol: 261.68 mg;

piątek 2024-11-29 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat.(150g) 150 g , 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>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU, SEL</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2302.24 kcal; Białko ogółem: 111.19 g ; 69.55 g; Tłuszcz: 61.13 g; Węglowodany ogółem: 362.07 g; Błonnik pokarmowy: 43.98 g; Wapń: 1109.46 mg; Żelazo: 13.71 mg; Witamina A : 4132.91 ug; Sód: 2107.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.19 g; Sacharoza: 26.94 g; Cholesterol: 288.18 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-11-30Jadłospis 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>), Paszтет 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 i kapustą i kukurydzą(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 (200ml) 200 ml ,	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 miękkko (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>),
<u>Wartości odżywcze:</u> Energia: 3007.84 kcal; Białko ogółem: 125.87 g ; : 76.97 g; Tłuszcz: 120.51 g; Węglowodany ogółem: 393.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Wapń: 794.19 mg; Żelazo: 19.56 mg; Witamina A : 3267.16 ug; Sód: 1935.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 50.84 g; Sacharoza: 49.26 g; Cholesterol: 696.04 mg;		
sobota 2024-11-30Jadłospis 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 , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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 miękkko (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>),
<u>Wartości odżywcze:</u> Energia: 2786.64 kcal; Białko ogółem: 102 g ; : 53.31 g; Tłuszcz: 101.66 g; Węglowodany ogółem: 388.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Wapń: 735.92 mg; Żelazo: 16.46 mg; Witamina A : 2111.93 ug; Sód: 2236.78 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.38 g; Sacharoza: 50.32 g; Cholesterol: 475.84 mg;		
sobota 2024-11-30Jadłospis 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 , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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 miękkko (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>),
<u>Wartości odżywcze:</u> Energia: 2422.9 kcal; Białko ogółem: 108.17 g ; : 63.88 g; Tłuszcz: 82.99 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g; Wapń: 1019.13 mg; Żelazo: 19.39 mg; Witamina A : 2081.47 ug; Sód: 2452.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.09 g; Sacharoza: 29.84 g; Cholesterol: 454.19 mg;		
sobota 2024-11-30Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
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>), 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 , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 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: 2080.2 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; : 77.24 g; Tłuszcz: 44.38 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.7 g; Wapń: 639.72 mg; Żelazo: 15.87 mg; Witamina A : 1602.37 ug; Sód: 1483.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.15 g; Sacharoza: 31.87 g; Cholesterol: 251.84 mg;

sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmniejszonej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(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>), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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 jają 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: 2997.08 kcal; Białko ogółem: 111.6 g; : 61.16 g; Tłuszcz: 109.82 g; Węglowodany ogółem: 416.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.2 g; Wapń: 1073.88 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 2108.31 ug; Sód: 2376.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.75 g; Sacharoza: 51.83 g; Cholesterol: 506.71 mg;

sobota 2024-11-30		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
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 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 z ananasem (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> ,), Pasta z jają z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),	Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u> ,),	

Wartości odżywcze: Energia: 2466.79 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; : 56.22 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 360.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; Wapń: 861.66 mg; Żelazo: 14.89 mg; Witamina A : 1757.76 ug; Sód: 2075.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.86 g; Sacharoza: 74.81 g; Cholesterol: 441.23 mg;

sobota 2024-11-30			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>), Szyunka 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 , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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 ,	
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: 2611.4 kcal; Białko ogółem: 97.46 g ; 50.79 g; Tłuszcz: 97.46 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Wapń: 605.2 mg; Żelazo: 16.04 mg; Witamina A : 2064.29 ug; Sód: 2200.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.32 g; Sacharoza: 51.76 g; Cholesterol: 448.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-30			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka		
Jogurt naturalny (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,		Zupa peyzanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Cwikła (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g (<u>GLU, SEL₁</u>),	
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,		Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2832.6 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; : 74.45 g; Tłuszcz: 116.31 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; Wapń: 663.47 mg; Żelazo: 19.14 mg; Witamina A : 3219.52 ug; Sód: 1899.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 48.78 g; Sacharoza: 50.7 g; Cholesterol: 668.8 mg;

sobota 2024-11-30			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,		Zupa peyzanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(20g) 20 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2374.26 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; : 62.8 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.97 g; Wapń: 951.91 mg; Żelazo: 20.15 mg; Witamina A : 2038.63 ug; Sód: 2663.55 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.81 g; Sacharoza: 32.38 g; Cholesterol: 429.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-11-30 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>), Paszтет 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 i kapustą i kukurydzą(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 , Ćwikla (150g) 150 g (<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 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 międko (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: 3007.84 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; : 76.97 g; Tłuszcz: 120.51 g; Węglowodany ogółem: 393.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Wapń: 794.19 mg; Żelazo: 19.56 mg; Witamina A : 3267.16 ug; Sód: 1935.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 50.84 g; Sacharoza: 49.26 g; Cholesterol: 696.04 mg;

sobota 2024-11-30		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 - słupek (30g) 30 g ,	Zupa peyzanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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: 2786.64 kcal; Białko ogółem: 102 g; : 53.31 g; Tłuszcz: 101.66 g; Węglowodany ogółem: 388.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Wapń: 735.92 mg; Żelazo: 16.46 mg; Witamina A : 2111.93 ug; Sód: 2236.78 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.38 g; Sacharoza: 50.32 g; Cholesterol: 475.84 mg;

sobota 2024-11-30			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 - słupek (30g) 30 g ,		Zupa peyzanka 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 z ananasem (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: 2422.9 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; : 63.88 g; Tłuszcz: 82.99 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g; Wapń: 1019.13 mg; Żelazo: 19.39 mg; Witamina A : 2081.47 ug; Sód: 2452.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.09 g; Sacharoza: 29.84 g; Cholesterol: 454.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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>), 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 z ananasem (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 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 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: 2080.2 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; : 77.24 g; Tłuszcz: 44.38 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.7 g; Wapń: 639.72 mg; Żelazo: 15.87 mg; Witamina A : 1602.37 ug; Sód: 1483.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.15 g; Sacharoza: 31.87 g; Cholesterol: 251.84 mg;

sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(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>), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 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 z ananase (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 jaj 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: 2997.08 kcal; Białko ogółem: 111.6 g; : 61.16 g; Tłuszcz: 109.82 g; Węglowodany ogółem: 416.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.2 g; Wapń: 1073.88 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 2108.31 ug; Sód: 2376.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.75 g; Sacharoza: 51.83 g; Cholesterol: 506.71 mg;

sobota 2024-11-30			Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), Szyńska 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>), Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (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>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>),		Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,		Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2466.79 kcal; Białko ogółem: 95.51 g ; : 56.22 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 360.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; Wapń: 861.66 mg; Żelazo: 14.89 mg; Witamina A : 1757.76 ug; Sód: 2075.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.86 g; Sacharoza: 74.81 g; Cholesterol: 441.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-11-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka	
Jogurt naturalny (150g) 150 g (<u>MLE_i</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU_i</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE_i</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ_i</u> , <u>MLE_i</u> , <u>SEL_i</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU_i</u> , <u>SEL_i</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU_i</u> , <u>SEL_i</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU_i</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE_i</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ_i</u>), Ser żółty(20g) 20 g (<u>MLE_i</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU_i</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE_i</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ_i</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU_i</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2611.4 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; : 50.79 g; Tłuszcz: 97.46 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Wapń: 605.2 mg; Żelazo: 16.04 mg; Witamina A : 2064.29 ug; Sód: 2200.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.32 g; Sacharoza: 51.76 g; Cholesterol: 448.6 mg;

sobota 2024-11-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka	
Jogurt naturalny (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, SEL₁, GOR₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Cwikła (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>),	
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2832.6 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; : 74.45 g; Tłuszcz: 116.31 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; Wapń: 663.47 mg; Żelazo: 19.14 mg; Witamina A : 3219.52 ug; Sód: 1899.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 48.78 g; Sacharoza: 50.7 g; Cholesterol: 668.8 mg;

sobota 2024-11-30			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,		Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(20g) 20 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, SEL₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2374.26 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; : 62.8 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.97 g; Wapń: 951.91 mg; Żelazo: 20.15 mg; Witamina A : 2038.63 ug; Sód: 2663.55 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.81 g; Sacharoza: 32.38 g; Cholesterol: 429.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</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> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE</u>),	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 , Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 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: 2408.04 kcal; Białko ogółem: 117.38 g ; : 68.43 g; Tłuszcz: 61.81 g; Węglowodany ogółem: 382.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.61 g; Wapń: 932.63 mg; Żelazo: 15.07 mg; Witamina A : 3841.74 ug; Sód: 3186.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.2 g; Sacharoza: 39.6 g; Cholesterol: 263.56 mg;

niedziela 2024-12-01 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> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatką 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 , Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 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: 2366.58 kcal; Białko ogółem: 106.52 g ; : 70.68 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Wapń: 845.1 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A : 1028.8 ug; Sód: 2812.43 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.27 g; Sacharoza: 40.08 g; Cholesterol: 269.26 mg;

niedziela 2024-12-01 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> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatką 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>), Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzykową 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: 2187.06 kcal; Białko ogółem: 105.74 g ; : 68.01 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g; Wapń: 661.76 mg; Żelazo: 14.8 mg; Witamina A : 1147.83 ug; Sód: 2853.69 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.12 g; Sacharoza: 29.15 g; Cholesterol: 267.49 mg;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
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>), 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> , <u>SEL</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatką z selera z marchewką blanszowaną(150g) 150 g (<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>), Polędwica soppocka (70g) 70 g , Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g , Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>),
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 105.95 g ; : 71.02 g; Tłuszcz: 43.6 g; Węglowodany ogółem: 357.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; Wapń: 997.34 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A : 1653.9 ug; Sód: 3550.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.51 g; Sacharoza: 47.75 g; Cholesterol: 201.44 mg;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<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>), 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, SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, MLE</u>), 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 z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: 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>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2579.43 kcal; Białko ogółem: 113.43 g ; : 78.39 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 383.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Wapń: 1132.7 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A : 1094.62 ug; Sód: 2905.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.3 g; Sacharoza: 54 g; Cholesterol: 299.89 mg;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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, 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, SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL</u>),	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>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</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>), Pasta z szynki kurczaka z zieloną pietruszką(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2256.82 kcal; Białko ogółem: 109.26 g ; : 72.86 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Wapń: 917.45 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A : 1842.35 ug; Sód: 3448.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.83 g; Sacharoza: 38.41 g; Cholesterol: 295.46 mg;

niedziela 2024-12-01 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>), 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, SEL</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , 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 ,
II Śniadanie: 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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2153.69 kcal; Białko ogółem: 100.1 g ; : 64.2 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; Wapń: 597.58 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A : 960.76 ug; Sód: 2350.77 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.38 g; Sacharoza: 47.71 g; Cholesterol: 235.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-01		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2195.15 kcal; Białko ogółem: 110.96 g ; : 61.95 g; Tłuszcz: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 347.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Wapń: 685.11 mg; Żelazo: 15.66 mg; Witamina A : 3773.7 ug; Sód: 2724.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.31 g; Sacharoza: 47.23 g; Cholesterol: 229.72 mg;

niedziela 2024-12-01		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SO2₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2114.57 kcal; Białko ogółem: 105.18 g ; : 66.93 g; Tłuszcz: 58.18 g; Węglowodany ogółem: 325.7 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Wapń: 594.74 mg; Żelazo: 15.52 mg; Witamina A : 1104.99 ug; Sód: 2658.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.7 g; Sacharoza: 29.3 g; Cholesterol: 242.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-01Jadłospis 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g (<u>GLU, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₊</u>),	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>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR₊</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2408.04 kcal; Białko ogółem: 117.38 g ; : 68.43 g; Tłuszcz: 61.81 g; Węglowodany ogółem: 382.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.61 g; Wapń: 932.63 mg; Żelazo: 15.07 mg; Witamina A : 3841.74 ug; Sód: 3186.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.2 g; Sacharoza: 39.6 g; Cholesterol: 263.56 mg;

niedziela 2024-12-01Jadłospis 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, 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, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatką z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,	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>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR₊</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2366.58 kcal; Białko ogółem: 106.52 g ; : 70.68 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Wapń: 845.1 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A : 1028.8 ug; Sód: 2812.43 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.27 g; Sacharoza: 40.08 g; Cholesterol: 269.26 mg;

niedziela 2024-12-01Jadłospis 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>), 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, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatką z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE₊</u>), 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>), Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 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, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2187.06 kcal; Białko ogółem: 105.74 g ; : 68.01 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 336.11 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g; Wapń: 661.76 mg; Żelazo: 14.8 mg; Witamina A : 1147.83 ug; Sód: 2853.69 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.12 g; Sacharoza: 29.15 g; Cholesterol: 267.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Polędwica sopočka (70g) 70 g , Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,		Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g , Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 105.95 g ; : 71.02 g; Tłuszcz: 43.6 g; Węglowodany ogółem: 357.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; Wapń: 997.34 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A : 1653.9 ug; Sód: 3550.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.51 g; Sacharoza: 47.75 g; Cholesterol: 201.44 mg;

niedziela 2024-12-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,		Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,		Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2579.43 kcal; Białko ogółem: 113.43 g ; : 78.39 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 383.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Wapń: 1132.7 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A : 1094.62 ug; Sód: 2905.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.3 g; Sacharoza: 54 g; Cholesterol: 299.89 mg;

niedziela 2024-12-01		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Salátka zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z szynki kurczaka z zieloną pietruszką(50g) 50 g ,		Podwieczorek: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2256.82 kcal; Białko ogółem: 109.26 g ; : 72.86 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Wapń: 917.45 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A : 1842.35 ug; Sód: 3448.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.83 g; Sacharoza: 38.41 g; Cholesterol: 295.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-01			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>), 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, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salátka 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 , Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,		
			Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₊</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2153.69 kcal; Białko ogółem: 100.1 g ; : 64.2 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; Wapń: 597.58 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A : 960.76 ug; Sód: 2350.77 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.38 g; Sacharoza: 47.71 g; Cholesterol: 235.42 mg;

niedziela 2024-12-01			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>), 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>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g (<u>GLU, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₊</u>),		
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 , Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,		
			Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE₊</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2195.15 kcal; Białko ogółem: 110.96 g ; : 61.95 g; Tłuszcz: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 347.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Wapń: 685.11 mg; Żelazo: 15.66 mg; Witamina A : 3773.7 ug; Sód: 2724.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.31 g; Sacharoza: 47.23 g; Cholesterol: 229.72 mg;

niedziela 2024-12-01			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>), 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, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salátka 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>), Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,		
			Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzykową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2114.57 kcal; Białko ogółem: 105.18 g ; : 66.93 g; Tłuszcz: 58.18 g; Węglowodany ogółem: 325.7 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Wapń: 594.74 mg; Żelazo: 15.52 mg; Witamina A : 1104.99 ug; Sód: 2658.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.7 g; Sacharoza: 29.3 g; Cholesterol: 242.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Twaróg chudy z rzodkiewką(80g) 80 g (<u>MLE</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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 ,	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>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g (<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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2857.28 kcal; Białko ogółem: 102.74 g ; : 55.69 g; Tłuszcz: 135.44 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.48 g; Wapń: 865.07 mg; Żelazo: 18.48 mg; Witamina A : 1898.76 ug; Sód: 2687.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.31 g; Sacharoza: 26.99 g; Cholesterol: 269.96 mg;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<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 , Buraczki oprószone (150 g) 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>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2290.12 kcal; Białko ogółem: 102.28 g ; : 57.89 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; Wapń: 746.48 mg; Żelazo: 14.89 mg; Witamina A : 1704.4 ug; Sód: 2195.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.9 g; Sacharoza: 31.96 g; Cholesterol: 492.56 mg;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<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>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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 ,	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>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2210.52 kcal; Białko ogółem: 99.98 g ; : 54.77 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; Wapń: 715.98 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 1667.6 ug; Sód: 2174.31 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.26 g; Sacharoza: 30.88 g; Cholesterol: 487.76 mg;

poniedziałek 2024-12-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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, JAJ, SEL,</u>), 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 , Salatka 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, MLE,</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU,</u>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL,</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU,</u>), Szynka z indyka (30g) 30 g (<u>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2022.07 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; : 64.69 g; Tłuszcz: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Wapń: 912.26 mg; Żelazo: 13.69 mg; Witamina A : 1350.1 ug; Sód: 1810.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.63 g; Sacharoza: 31.7 g; Cholesterol: 251.44 mg;

poniedziałek 2024-12-02		
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)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Połudwica sopocka (30g) 30 g , Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2463.41 kcal; Białko ogółem: 108.35 g ; 65.26 g; Tłuszcz: 79.49 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Wapń: 1050.69 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A : 1636.03 ug; Sód: 2078.35 mg; kw. tłuszcz. nasycz.: 36.73 g; Sacharoza: 50.99 g; Cholesterol: 522.23 mg;

poniedziałek 2024-02-02		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)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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: 2339.52 kcal; Białko ogółem: 105.2 g; : 61.6 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; Wapń: 875.53 mg; Żelazo: 15.03 mg; Witamina A : 1686.08 ug; Sód: 2056.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.49 g; Sacharoza: 47.14 g; Cholesterol: 507.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,			
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2128.38 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 68.12 g; Węglowodany ogółem: 301.4 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Wapń: 653.56 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A : 1661.56 ug; Sód: 2178 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.14 g; Sacharoza: 33.49 g; Cholesterol: 467.72 mg;

poniedziałek 2024-12-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z rzodkiewką(80g) 80 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,			Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdela z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2695.54 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; : 54.61 g; Tłuszcz: 130.22 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Wapń: 772.15 mg; Żelazo: 17.16 mg; Witamina A : 1855.92 ug; Sód: 2669.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.55 g; Sacharoza: 28.52 g; Cholesterol: 245.12 mg;

poniedziałek 2024-12-02			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,			Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2048.78 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; : 53.69 g; Tłuszcz: 63.64 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.02 g; Wapń: 623.06 mg; Żelazo: 15.76 mg; Witamina A : 1624.76 ug; Sód: 2157.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.5 g; Sacharoza: 32.41 g; Cholesterol: 462.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-02Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Twaróg chudy z rzodkiewką(80g) 80 g (<u>MLE</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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 ,	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>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g (<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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2857.28 kcal; Białko ogółem: 102.74 g ; : 55.69 g; Tłuszcz: 135.44 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.48 g; Wapń: 865.07 mg; Żelazo: 18.48 mg; Witamina A : 1898.76 ug; Sód: 2687.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.31 g; Sacharoza: 26.99 g; Cholesterol: 269.96 mg;

poniedziałek 2024-12-02Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<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 , Buraczki oprószone (150 g) 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>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2290.12 kcal; Białko ogółem: 102.28 g ; : 57.89 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; Wapń: 746.48 mg; Żelazo: 14.89 mg; Witamina A : 1704.4 ug; Sód: 2195.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.9 g; Sacharoza: 31.96 g; Cholesterol: 492.56 mg;

poniedziałek 2024-12-02Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<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>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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 ,	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>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2210.52 kcal; Białko ogółem: 99.98 g ; : 54.77 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; Wapń: 715.98 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 1667.6 ug; Sód: 2174.31 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.26 g; Sacharoza: 30.88 g; Cholesterol: 487.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Kefir(200g) 200 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: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2022.07 kcal; Białko ogółem: 104.26 g ; 64.69 g; Tłuszcz: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Wapń: 912.26 mg; Żelazo: 13.69 mg; Witamina A : 1350.1 ug; Sód: 1810.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.63 g; Sacharoza: 31.7 g; Cholesterol: 251.44 mg;

poniedziałek 2024-12-02			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 oprószane (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)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),					
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Połudwica sopocka (30g) 30 g , Brokuł gotowany (50g) 50 g ,			Podwieczorek: Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) 150 ml ,		
			Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2463.41 kcal; Białko ogółem: 108.35 g ; 65.26 g; Tłuszcz: 79.49 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Wapń: 1050.69 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A : 1636.03 ug; Sód: 2078.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.73 g; Sacharoza: 50.99 g; Cholesterol: 522.23 mg;

poniedziałek 2024-12-02			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)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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>), Połudwica 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: 2339.52 kcal; Białko ogółem: 105.2 g ; 61.6 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; Wapń: 875.53 mg; Żelazo: 15.03 mg; Witamina A : 1686.08 ug; Sód: 2056.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.49 g; Sacharoza: 47.14 g; Cholesterol: 507.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2128.38 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 68.12 g; Węglowodany ogółem: 301.4 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Wapń: 653.56 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A : 1661.56 ug; Sód: 2178 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.14 g; Sacharoza: 33.49 g; Cholesterol: 467.72 mg;

poniedziałek 2024-12-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z rzodkiewką(80g) 80 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdela z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Cukinia duszona z koncentratem pomidorowym(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2695.54 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; : 54.61 g; Tłuszcz: 130.22 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Wapń: 772.15 mg; Żelazo: 17.16 mg; Witamina A : 1855.92 ug; Sód: 2669.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.55 g; Sacharoza: 28.52 g; Cholesterol: 245.12 mg;

poniedziałek 2024-12-02		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2048.78 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; : 53.69 g; Tłuszcz: 63.64 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.02 g; Wapń: 623.06 mg; Żelazo: 15.76 mg; Witamina A : 1624.76 ug; Sód: 2157.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.5 g; Sacharoza: 32.41 g; Cholesterol: 462.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-03 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>), Pieczeń rzymska z łopatki (75g) 75 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Sos czosnkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<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 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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: 2589.25 kcal; Białko ogółem: 93.73 g ; : 50.71 g; Tłuszcz: 98.55 g; Węglowodany ogółem: 366.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Wapń: 887.2 mg; Żelazo: 14.68 mg; Witamina A : 3700.83 ug; Sód: 2721.59 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.55 g; Sacharoza: 31.24 g; Cholesterol: 459.54 mg;

wtorek 2024-12-03 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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: 2390.28 kcal; Białko ogółem: 116.75 g ; : 80.13 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Wapń: 947.59 mg; Żelazo: 12.21 mg; Witamina A : 2762.22 ug; Sód: 2667.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.65 g; Sacharoza: 35.29 g; Cholesterol: 321.34 mg;

wtorek 2024-12-03 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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</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>),

Wartości odżywcze: Energia: 2418.44 kcal; Białko ogółem: 127.56 g ; : 90.75 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 344.6 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Wapń: 1037.15 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A : 2751.76 ug; Sód: 2835.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.93 g; Sacharoza: 27.82 g; Cholesterol: 359.44 mg;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Zupa ziemniaczana z 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>), 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)(XI-VI) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 60 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Budyń słodzony z dżemem (150ml/15g) 150 ml (<u>MLE</u>),
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia: 2346.99 kcal; Białko ogółem: 129.34 g ; 95.08 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 368.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Wapń: 869.07 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A : 1765.07 ug; Sód: 2443.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.01 g; Sacharoza: 57.34 g; Cholesterol: 306.09 mg;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	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 , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL</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 (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)(XI-VI) pieczony 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 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: 2699.41 kcal; Białko ogółem: 127.22 g ; 87.27 g; Tłuszcz: 80.5 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Wapń: 1267.38 mg; Żelazo: 12.95 mg; Witamina A : 2815.85 ug; Sód: 2902.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.45 g; Sacharoza: 36.04 g; Cholesterol: 349.67 mg;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL</u>),	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>), 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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Biszkopcy (20g) 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ</u> , <u>ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2379.68 kcal; Białko ogółem: 115.96 g ; 80.04 g; Tłuszcz: 71.47 g; Węglowodany ogółem: 341.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; Wapń: 910.79 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A : 2208.82 ug; Sód: 2615.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.86 g; Sacharoza: 27.29 g; Cholesterol: 345.44 mg;

wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<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 , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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: 2235.14 kcal; Białko ogółem: 113.65 g ; 79.05 g; Tłuszcz: 67.56 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Wapń: 867.87 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A : 2719.38 ug; Sód: 2650.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.22 g; Sacharoza: 37.03 g; Cholesterol: 296.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Pieczeń rzymska z łopatki (75g) 75 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Sos czosnkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2434.11 kcal; Białko ogółem: 90.63 g ; : 49.63 g; Tłuszcz: 95.28 g; Węglowodany ogółem: 335.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.46 g; Wapń: 807.48 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A : 3657.99 ug; Sód: 2704.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.12 g; Sacharoza: 32.98 g; Cholesterol: 434.7 mg;

wtorek 2024-12-03			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka					
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>), 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 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, SEL</u>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU, 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 ,			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>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,		
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU, SOJ, MLE</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</u>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt (<u>GLU, JAJ, SOJ</u>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2369.8 kcal; Białko ogółem: 127.41 g ; : 89.67 g; Tłuszcz: 73.1 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Wapń: 969.93 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A : 2708.92 ug; Sód: 3046.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.65 g; Sacharoza: 30.36 g; Cholesterol: 334.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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, SEL₊</u>), Pieczeń rzymska z łopatki (75g) 75 g (<u>GLU, JAJ₊</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Sos czosnkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL₊</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE, SEL₊</u>), 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>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ, MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, SEL, 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU, SOJ, MLE₊</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2589.25 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; : 50.71 g; Tłuszcz: 98.55 g; Węglowodany ogółem: 366.3 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Wapń: 887.2 mg; Żelazo: 14.68 mg; Witamina A : 3700.83 ug; Sód: 2721.59 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.55 g; Sacharoza: 31.24 g; Cholesterol: 459.54 mg;

wtorek 2024-12-03			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>), Połędwica 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</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: 2390.28 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; : 80.13 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Wapń: 947.59 mg; Żelazo: 12.21 mg; Witamina A : 2762.22 ug; Sód: 2667.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.65 g; Sacharoza: 35.29 g; Cholesterol: 321.34 mg;

wtorek 2024-12-03			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>.), Bulka 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>SOJ</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>.), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</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</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>.),	

Wartości odżywcze: Energia: 2418.44 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; : 90.75 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 344.6 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g; Wapń: 1037.15 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A : 2751.76 ug; Sód: 2835.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.93 g; Sacharoza: 27.82 g; Cholesterol: 359.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)			
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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Zupa ziemniaczana z 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>), 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)(XI-VI) 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>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 60 g , Marchewka (30g) 30 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Budyń słodzony z dżemem (150ml/15g) 150 ml (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2346.99 kcal; Białko ogółem: 129.34 g ; 95.08 g; Tłuszcz: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 368.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Wapń: 869.07 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A : 1765.07 ug; Sód: 2443.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.01 g; Sacharoza: 57.34 g; Cholesterol: 306.09 mg;

wtorek 2024-12-03			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		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 , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL</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 (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)(XI-VI) pieczony 50 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 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: 2699.41 kcal; Białko ogółem: 127.22 g ; 87.27 g; Tłuszcz: 80.5 g; Węglowodany ogółem: 392.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Wapń: 1267.38 mg; Żelazo: 12.95 mg; Witamina A : 2815.85 ug; Sód: 2902.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.45 g; Sacharoza: 36.04 g; Cholesterol: 349.67 mg;

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
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>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL</u>),	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>), Połędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Biszkopty (20g) 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ</u> , <u>ORZ</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2379.68 kcal; Białko ogółem: 115.96 g ; 80.04 g; Tłuszcz: 71.47 g; Węglowodany ogółem: 341.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; Wapń: 910.79 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A : 2208.82 ug; Sód: 2615.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.86 g; Sacharoza: 27.29 g; Cholesterol: 345.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	
Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,			
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2235.14 kcal; Białko ogółem: 113.65 g ; : 79.05 g; Tłuszcz: 67.56 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Wapń: 867.87 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A : 2719.38 ug; Sód: 2650.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.22 g; Sacharoza: 37.03 g; Cholesterol: 296.5 mg;

wtorek 2024-12-03		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Pieczeń rzymska z łopatki (75g) 75 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Sos czosnkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2434.11 kcal; Białko ogółem: 90.63 g ; : 49.63 g; Tłuszcz: 95.28 g; Węglowodany ogółem: 335.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.46 g; Wapń: 807.48 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A : 3657.99 ug; Sód: 2704.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.12 g; Sacharoza: 32.98 g; Cholesterol: 434.7 mg;

wtorek 2024-12-03			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>), 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 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, SEL</u>), Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU, 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 ,		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>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU, SOJ, MLE</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</u>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt (<u>GLU, JAJ, SOJ</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2369.8 kcal; Białko ogółem: 127.41 g ; : 89.67 g; Tłuszcz: 73.1 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Wapń: 969.93 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A : 2708.92 ug; Sód: 3046.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.65 g; Sacharoza: 30.36 g; Cholesterol: 334.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU</u>), Salátka 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>), Ketchup(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: 2571.49 kcal; Białko ogółem: 112.32 g ; : 70.88 g; Tłuszcz: 99.92 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Wapń: 853.44 mg; Żelazo: 12.65 mg; Witamina A : 1422.81 ug; Sód: 2951.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.04 g; Sacharoza: 20.5 g; Cholesterol: 311.34 mg;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Salata 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 (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>), Mieszanaka 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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 2578.48 kcal; Białko ogółem: 114.41 g ; : 77.32 g; Tłuszcz: 100.32 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Wapń: 912.53 mg; Żelazo: 16.69 mg; Witamina A : 2569.17 ug; Sód: 2912.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.9 g; Sacharoza: 20.09 g; Cholesterol: 509.46 mg;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Salata 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 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>), Mieszanaka 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>), Polędwica sopocka (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: 2372.78 kcal; Białko ogółem: 118.27 g ; : 80.95 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Wapń: 922.48 mg; Żelazo: 19.69 mg; Witamina A : 2514.62 ug; Sód: 3612.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.07 g; Sacharoza: 22.24 g; Cholesterol: 479.16 mg;

środa 2024-12-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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>), Salata 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>), Polędwica drobiowa (70g) 70 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Seler blanszowany(50g) 50 g (<u>SEL</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 1834.2 kcal; Białko ogółem: 101.28 g ; : 66.75 g; Tłuszcz: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 299.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Wapń: 920.66 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A : 2178.17 ug; Sód: 2769.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.81 g; Sacharoza: 20.63 g; Cholesterol: 189.96 mg;

środa 2024-12-04 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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 2772.24 kcal; Białko ogółem: 122.82 g ; : 85.17 g; Tłuszcz: 108.26 g; Węglowodany ogółem: 345.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Wapń: 1219.35 mg; Żelazo: 17.03 mg; Witamina A : 2629.98 ug; Sód: 2979.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.25 g; Sacharoza: 20.14 g; Cholesterol: 540.33 mg;

środa 2024-12-04 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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2460.95 kcal; Białko ogółem: 109.52 g ; : 76 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Wapń: 857.21 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A : 2445.32 ug; Sód: 2760.84 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.37 g; Sacharoza: 40.8 g; Cholesterol: 331.76 mg;

środa 2024-12-04 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>), 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>), 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 (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 , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 2397.84 kcal; Białko ogółem: 108.27 g ; : 74.4 g; Tłuszcz: 95.26 g; Węglowodany ogółem: 294.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Wapń: 730.11 mg; Żelazo: 16.23 mg; Witamina A : 2529.53 ug; Sód: 2859.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.07 g; Sacharoza: 20.06 g; Cholesterol: 486.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Papryka czerwona(30g) 30 g ,			Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Frykadelka wieprzowa z łopatką(60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>OZ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>SO2₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU₁</u>), Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ogonówka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,
			Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE₁</u>), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2390.85 kcal; Białko ogółem: 106.18 g ; 67.96 g; Tłuszcz: 94.86 g; Węglowodany ogółem: 306.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.6 g; Wapń: 671.02 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 1383.17 ug; Sód: 2898.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.21 g; Sacharoza: 20.47 g; Cholesterol: 288.1 mg;

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Mieszanka królewska (110g) 110 g ,			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,			Podwieczorek: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,
			Posiłek nocny: Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2242.04 kcal; Białko ogółem: 96.85 g ; 56.85 g; Tłuszcz: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; Błonnik pokarmowy: 46.7 g; Wapń: 605.66 mg; Żelazo: 21.45 mg; Witamina A : 2468.58 ug; Sód: 3382.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.19 g; Sacharoza: 23.83 g; Cholesterol: 437.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-12-04Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>OZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>SO2</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU</u>), Salátka z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g , Kompót 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>), Ketchup(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: 2571.49 kcal; Białko ogółem: 112.32 g ; 70.88 g; Tłuszcz: 99.92 g; Węglowodany ogółem: 335.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Wapń: 853.44 mg; Żelazo: 12.65 mg; Witamina A : 1422.81 ug; Sód: 2951.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.04 g; Sacharoza: 20.5 g; Cholesterol: 311.34 mg;

środa 2024-12-04Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Salátka 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>), Kompót 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>), Mieszanaka 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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 2578.48 kcal; Białko ogółem: 114.41 g ; 77.32 g; Tłuszcz: 100.32 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Wapń: 912.53 mg; Żelazo: 16.69 mg; Witamina A : 2569.17 ug; Sód: 2912.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.9 g; Sacharoza: 20.09 g; Cholesterol: 509.46 mg;

środa 2024-12-04Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Salátka 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>), Kompót 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>), Mieszanaka 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>), Polędwica sopocka (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: 2372.78 kcal; Białko ogółem: 118.27 g ; 80.95 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Wapń: 922.48 mg; Żelazo: 19.69 mg; Witamina A : 2514.62 ug; Sód: 3612.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.07 g; Sacharoza: 22.24 g; Cholesterol: 479.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowia)		
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>), 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>), 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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 1834.2 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; : 66.75 g; Tłuszcz: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 299.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Wapń: 920.66 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A : 2178.17 ug; Sód: 2769.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.81 g; Sacharoza: 20.63 g; Cholesterol: 189.96 mg;

środa 2024-12-04			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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 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: 2772.24 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; : 85.17 g; Tłuszcz: 108.26 g; Węglowodany ogółem: 345.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Wapń: 1219.35 mg; Żelazo: 17.03 mg; Witamina A : 2629.98 ug; Sód: 2979.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.25 g; Sacharoza: 20.14 g; Cholesterol: 540.33 mg;

środa 2024-12-04			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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,		Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,		Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2460.95 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; : 76 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Wapń: 857.21 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A : 2445.32 ug; Sód: 2760.84 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.37 g; Sacharoza: 40.8 g; Cholesterol: 331.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU, SEL), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (GLU, SEL), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (GLU, SOJ, MLE), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		
Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (GLU), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,					
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Dżem(25g) 25 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,		
			Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (MLE), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Energia: 2397.84 kcal; Białko ogółem: 108.27 g ; : 74.4 g ; Tłuszcz: 95.26 g ; Węglowodany ogółem: 294.61 g ; Błonnik pokarmowy: 26.09 g ; Wapń: 730.11 mg; Żelazo: 16.23 mg; Witamina A : 2529.53 ug; Sód: 2859.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.07 g ; Sacharoza: 20.06 g ; Cholesterol: 486.22 mg;

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Ser żółty(60g) 60 g (MLE), Papryka czerwona(30g) 30 g ,			Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) 400 ml (MLE, SEL), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (GLU, JAJ), Sos własny (80ml) 80 ml (GLU, OZ, SOJ, MLE, SEL, SO2), Ryż (180g) 180 g (GLU), Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		
Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (GLU), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,					
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Ogónek(30g) 30 g (SOJ), Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,		
			Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (MLE), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Energia: 2390.85 kcal; Białko ogółem: 106.18 g ; : 67.96 g ; Tłuszcz: 94.86 g ; Węglowodany ogółem: 306.68 g ; Błonnik pokarmowy: 30.6 g ; Wapń: 671.02 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 1383.17 ug; Sód: 2898.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.21 g ; Sacharoza: 20.47 g ; Cholesterol: 288.1 mg;

środa 2024-12-04			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ), Sałata zielona II (10g) 10 g ,			Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU, SEL), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (GLU, SEL), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (GLU, SOJ, MLE), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ), Mieszanka królewska (110g) 110 g ,					
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,			Podwieczorek: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,		
			Posiłek nocny: Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		

Wartości odżywcze: Energia: 2242.04 kcal; Białko ogółem: 96.85 g ; : 56.85 g ; Tłuszcz: 75.07 g ; Węglowodany ogółem: 334.18 g ; Błonnik pokarmowy: 46.7 g ; Wapń: 605.66 mg; Żelazo: 21.45 mg; Witamina A : 2468.58 ug; Sód: 3382.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.19 g ; Sacharoza: 23.83 g ; Cholesterol: 437.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>), Cebula duszona (10g) 10 g , Surówka Coleslaw z majonezem(150g) 150 g (<u>JAJ₁, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogonówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salata lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Tuńczyk ze szczypiorkiem i pestkami słonecznika (55g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2727.67 kcal; Białko ogółem: 136.26 g; : 76.91 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 390.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; Wapń: 1268.69 mg; Żelazo: 15.65 mg; Witamina A : 1411 ug; Sód: 3114.54 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 40.36 g; Sacharoza: 14.75 g; Cholesterol: 450.92 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Szyнка z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2542.15 kcal; Białko ogółem: 122.49 g; : 80.73 g; Tłuszcz: 80.79 g; Węglowodany ogółem: 361.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Wapń: 1198.27 mg; Żelazo: 14.46 mg; Witamina A : 2440.57 ug; Sód: 3205.06 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 40.42 g; Sacharoza: 30.75 g; Cholesterol: 408 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Szyнка z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2318.05 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; : 61.01 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 358.59 g; Błonnik pokarmowy: 45.62 g; Wapń: 1213.77 mg; Żelazo: 16.65 mg; Witamina A : 2391.77 ug; Sód: 2500.16 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 36 g; Sacharoza: 29.67 g; Cholesterol: 389.2 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy (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 ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2345.23 kcal; Białko ogółem: 109.62 g ; 71.6 g ; Tłuszcz: 51.96 g ; Węglowodany ogółem: 384.15 g ; Błonnik pokarmowy: 29.94 g ; Wapń: 1073.28 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A : 1645.38 ug; Sód: 2565.88 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 18.76 g; Sacharoza: 50.87 g; Cholesterol: 265.32 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<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>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy (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 ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 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>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2744.61 kcal; Białko ogółem: 131.98 g ; 88.44 g ; Tłuszcz: 88.81 g ; Węglowodany ogółem: 385.59 g ; Błonnik pokarmowy: 35.46 g ; Wapń: 1516.75 mg; Żelazo: 14.99 mg; Witamina A : 2422.07 ug; Sód: 3272.87 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 44.73 g; Sacharoza: 30.98 g; Cholesterol: 438.63 mg;

czwartek 2024-12-05 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy (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 ,	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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2511.6 kcal; Białko ogółem: 121.43 g ; 80.73 g ; Tłuszcz: 80.67 g ; Węglowodany ogółem: 353.25 g ; Błonnik pokarmowy: 32.12 g ; Wapń: 1200.27 mg; Żelazo: 14.22 mg; Witamina A : 2025.07 ug; Sód: 3171.91 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 40.38 g; Sacharoza: 30.24 g; Cholesterol: 408 mg;

czwartek 2024-12-05 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>), 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</u> , <u>SEL</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy (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 ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2264.44 kcal; Białko ogółem: 100.5 g ; 61.17 g ; Tłuszcz: 73.15 g ; Węglowodany ogółem: 326.95 g ; Błonnik pokarmowy: 31.49 g ; Wapń: 1138.2 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A : 2380.75 ug; Sód: 2087.97 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 35.81 g; Sacharoza: 30.1 g; Cholesterol: 366.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>), Cebula duszona (10g) 10 g , Surówka Coleslaw z marchewką i olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogonówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salata lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁, SO2₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Tuńczyk ze szczypiorkiem i pestkami słonecznika (55g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2430.66 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; : 57.98 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Wapń: 1234.47 mg; Żelazo: 15.19 mg; Witamina A : 1353.46 ug; Sód: 1986.58 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.86 g; Sacharoza: 14 g; Cholesterol: 408.83 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ₁, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2246.84 kcal; Białko ogółem: 100.3 g; : 59.25 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; Wapń: 1120.2 mg; Żelazo: 17.35 mg; Witamina A : 2343.95 ug; Sód: 2295.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.32 g; Sacharoza: 29.82 g; Cholesterol: 361.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>), Cebula duszona (10g) 10 g , Surówka Colesław z majonezem(150g) 150 g (<u>JAJ₁, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogonówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salata lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Tuńczyk ze szczypiorkiem i pestkami słonecznika (55g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2727.67 kcal; Białko ogółem: 136.26 g ; : 76.91 g ; Tłuszcz: 84.34 g ; Węglowodany ogółem: 390.18 g ; Błonnik pokarmowy: 38.57 g ; Wapń: 1268.69 mg; Żelazo: 15.65 mg; Witamina A : 1411 ug; Sód: 3114.54 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 40.36 g ; Sacharoza: 14.75 g ; Cholesterol: 450.92 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2542.15 kcal; Białko ogółem: 122.49 g ; : 80.73 g ; Tłuszcz: 80.79 g ; Węglowodany ogółem: 361.13 g ; Błonnik pokarmowy: 33.8 g ; Wapń: 1198.27 mg; Żelazo: 14.46 mg; Witamina A : 2440.57 ug; Sód: 3205.06 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 40.42 g ; Sacharoza: 30.75 g ; Cholesterol: 408 mg;

czwartek 2024-12-05Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2318.05 kcal; Białko ogółem: 101.54 g ; : 61.01 g ; Tłuszcz: 71.46 g ; Węglowodany ogółem: 358.59 g ; Błonnik pokarmowy: 45.62 g ; Wapń: 1213.77 mg; Żelazo: 16.65 mg; Witamina A : 2391.77 ug; Sód: 2500.16 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 36 g ; Sacharoza: 29.67 g ; Cholesterol: 389.2 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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>GLU₁</u>), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) 200 g (<u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,		Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2345.23 kcal; Białko ogółem: 109.62 g ; 71.6 g; Tłuszcz: 51.96 g; Węglowodany ogółem: 384.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; Wapń: 1073.28 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A : 1645.38 ug; Sód: 2565.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 18.76 g; Sacharoza: 50.87 g; Cholesterol: 265.32 mg;

czwartek 2024-12-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), 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 (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,		Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2744.61 kcal; Białko ogółem: 131.98 g ; 88.44 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.46 g; Wapń: 1516.75 mg; Żelazo: 14.99 mg; Witamina A : 2422.07 ug; Sód: 3272.87 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.73 g; Sacharoza: 30.98 g; Cholesterol: 438.63 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałów			
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>),	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,		Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2511.6 kcal; Białko ogółem: 121.43 g ; 80.73 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; Wapń: 1200.27 mg; Żelazo: 14.22 mg; Witamina A : 2025.07 ug; Sód: 3171.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.38 g; Sacharoza: 30.24 g; Cholesterol: 408 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salátka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2264.44 kcal; Białko ogółem: 100.5 g ; : 61.17 g; Tłuszcz: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; Wapń: 1138.2 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A : 2380.75 ug; Sód: 2087.97 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.81 g; Sacharoza: 30.1 g; Cholesterol: 366.43 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Cebula duszona (10g) 10 g , Surówka Coleslaw z marchewką i olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogonówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Salata lodowa z żurawiną, pestkami dyni i sosem vinegret (40g) 40 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOZ₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,	
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Tuńczyk ze szczypiorkiem i pestkami słonecznika (55g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2430.66 kcal; Białko ogółem: 114.88 g ; : 57.98 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Wapń: 1234.47 mg; Żelazo: 15.19 mg; Witamina A : 1353.46 ug; Sód: 1986.58 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.86 g; Sacharoza: 14 g; Cholesterol: 408.83 mg;

czwartek 2024-12-05		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g ,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2246.84 kcal; Białko ogółem: 100.3 g ; : 59.25 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 347.21 g; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; Wapń: 1120.2 mg; Żelazo: 17.35 mg; Witamina A : 2343.95 ug; Sód: 2295.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.32 g; Sacharoza: 29.82 g; Cholesterol: 361.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-12-06 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 smażona w cieście(90g) 90 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszonej (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>), Salata 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>), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2503.18 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; : 64.86 g; Tłuszcz: 96.14 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Wapń: 896.75 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 1684.62 ug; Sód: 3032.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.99 g; Sacharoza: 17.38 g; Cholesterol: 362.13 mg;

piątek 2024-12-06			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) 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2144.03 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; : 67.92 g; Tłuszcz: 59.75 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Wapń: 774.07 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A : 2427.77 ug; Sód: 2235.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.18 g; Sacharoza: 20.19 g; Cholesterol: 281.44 mg;

piątek 2024-12-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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, JAJ, SEL,</u>), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, 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, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>) , Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU, SOJ, SEL, 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, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>) , Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g , Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt (<u>GLU, JAJ, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2158.64 kcal; Białko ogółem: 115.7 g; : 75.3 g; Tłuszcz: 57.6 g; Węglowodany ogółem: 333.75 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g; Wapń: 759.13 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A : 2418.46 ug; Sód: 2359.26 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.58 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 314.14 mg;

piątek 2024-12-06	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, 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, 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, SOJ, SEL, 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Powidła z jabłka z cynamonem (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2021.83 kcal; Białko ogółem: 108.52 g ; : 68.18 g; Tłuszcz: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Wapń: 781.27 mg; Żelazo: 10.74 mg; Witamina A : 4457.57 ug; Sód: 2542.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 9.94 g; Sacharoza: 24.51 g; Cholesterol: 208.24 mg;

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
piątek 2024-12-06 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) 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: Kisiel z pomarańczęą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2582.61 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; : 76.75 g; Tłuszcz: 74.97 g; Węglowodany ogółem: 381.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Wapń: 1087.72 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A : 2513.39 ug; Sód: 2536.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.49 g; Sacharoza: 33.8 g; Cholesterol: 331.27 mg;

piątek 2024-12-06			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>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) 50 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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,		Podwieczorek: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ</u>, <u>ORZ</u>),		Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2224.23 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; ; 77.62 g; Tłuszcz: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 347.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Wapń: 749 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A : 5072.42 ug; Sód: 2438.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.99 g; Sacharoza: 23.42 g; Cholesterol: 321.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-06		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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 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 ,	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>), Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 1987.69 kcal; Białko ogółem: 104.46 g ; : 66.84 g; Tłuszcz: 56.3 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Wapń: 692.25 mg; Żelazo: 10.13 mg; Witamina A : 2384.93 ug; Sód: 2218.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.75 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 256.6 mg;

piątek 2024-12-06		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>), 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 smażona w cieście(90g) 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszzonej (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>), Salata 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>), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2346.84 kcal; Białko ogółem: 100.14 g ; : 63.78 g; Tłuszcz: 92.69 g; Węglowodany ogółem: 307.8 g; Błonnik pokarmowy: 34 g; Wapń: 814.93 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A : 1641.78 ug; Sód: 3016.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.56 g; Sacharoza: 19.15 g; Cholesterol: 337.29 mg;

piątek 2024-12-06		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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</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 ,	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>), Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (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: 2108.8 kcal; Białko ogółem: 114.95 g ; : 74.22 g; Tłuszcz: 55 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; Błonnik pokarmowy: 47.19 g; Wapń: 689.81 mg; Żelazo: 14.74 mg; Witamina A : 2375.62 ug; Sód: 2571.15 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.3 g; Sacharoza: 24.53 g; Cholesterol: 289.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-12-06Jadłospis 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 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>), 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>), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2503.18 kcal; Białko ogółem: 103.84 g ; : 64.86 g; Tłuszcz: 96.14 g ; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Wapń: 896.75 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 1684.62 ug; Sód: 3032.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.99 g; Sacharoza: 17.38 g; Cholesterol: 362.13 mg;

piątek 2024-12-06Jadłospis 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) 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2144.03 kcal; Białko ogółem: 108.16 g ; : 67.92 g; Tłuszcz: 59.75 g ; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Wapń: 774.07 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A : 2427.77 ug; Sód: 2235.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.18 g; Sacharoza: 20.19 g; Cholesterol: 281.44 mg;

piątek 2024-12-06Jadłospis 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (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: 2158.64 kcal; Białko ogółem: 115.7 g ; : 75.3 g; Tłuszcz: 57.6 g ; Węglowodany ogółem: 333.75 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g; Wapń: 759.13 mg; Żelazo: 14.01 mg; Witamina A : 2418.46 ug; Sód: 2359.26 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.58 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 314.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-06 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) 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Powidła z jabłka z cynamonem (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2021.83 kcal; Białko ogółem: 108.52 g ; 68.18 g; Tłuszcz: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Wapń: 781.27 mg; Żelazo: 10.74 mg; Witamina A : 4457.57 ug; Sód: 2542.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 9.94 g; Sacharoza: 24.51 g; Cholesterol: 208.24 mg;

piątek 2024-12-06 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) 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: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2582.61 kcal; Białko ogółem: 120.45 g ; 76.75 g; Tłuszcz: 74.97 g; Węglowodany ogółem: 381.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Wapń: 1087.72 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A : 2513.39 ug; Sód: 2536.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.49 g; Sacharoza: 33.8 g; Cholesterol: 331.27 mg;

piątek 2024-12-06 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>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) 50 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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ</u> , <u>ORZ</u>),	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2224.23 kcal; Białko ogółem: 116.01 g ; 77.62 g; Tłuszcz: 54.57 g; Węglowodany ogółem: 347.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Wapń: 749 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A : 5072.42 ug; Sód: 2438.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.99 g; Sacharoza: 23.42 g; Cholesterol: 321.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-12-06		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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 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 ,	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>), Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 1987.69 kcal; Białko ogółem: 104.46 g ; : 66.84 g; Tłuszcz: 56.3 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Wapń: 692.25 mg; Żelazo: 10.13 mg; Witamina A : 2384.93 ug; Sód: 2218.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.75 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 256.6 mg;

piątek 2024-12-06		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>), 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 smażona w cieście(90g) 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszzonej (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>), Salata 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>), Kielbasa krakowska (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2346.84 kcal; Białko ogółem: 100.14 g ; : 63.78 g; Tłuszcz: 92.69 g; Węglowodany ogółem: 307.8 g; Błonnik pokarmowy: 34 g; Wapń: 814.93 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A : 1641.78 ug; Sód: 3016.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.56 g; Sacharoza: 19.15 g; Cholesterol: 337.29 mg;

piątek 2024-12-06		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</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 ,	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>), Salata 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: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z jabłka (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: 2108.8 kcal; Białko ogółem: 114.95 g ; : 74.22 g; Tłuszcz: 55 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; Błonnik pokarmowy: 47.19 g; Wapń: 689.81 mg; Żelazo: 14.74 mg; Witamina A : 2375.62 ug; Sód: 2571.15 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.3 g; Sacharoza: 24.53 g; Cholesterol: 289.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-12-07 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, MLE</u>),	Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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, 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>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2888.47 kcal; Białko ogółem: 124.93 g ; : 83.79 g; Tłuszcz: 123.55 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g; Wapń: 749.41 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A : 2997.45 ug; Sód: 3296.72 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.54 g; Sacharoza: 42.77 g; Cholesterol: 621.26 mg;

sobota 2024-12-07 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, 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 ,	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>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Salata 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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2745.59 kcal; Białko ogółem: 118.55 g ; : 76.37 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Wapń: 784.99 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A : 2889.25 ug; Sód: 3169.69 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.33 g; Sacharoza: 42.5 g; Cholesterol: 599.08 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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, 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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE</u>), 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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Salata 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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2644.01 kcal; Białko ogółem: 137.37 g ; : 99.05 g; Tłuszcz: 106.35 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.36 g; Wapń: 889.29 mg; Żelazo: 16.38 mg; Witamina A : 2833.89 ug; Sód: 3856.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.73 g; Sacharoza: 25.72 g; Cholesterol: 617.56 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU₁</u>), Jarzynka gotowana z olejem (150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2163.76 kcal; Białko ogółem: 135.26 g ; : 94.66 g; Tłuszcz: 41.9 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Wapń: 712.69 mg; Żelazo: 12.36 mg; Witamina A : 2504.61 ug; Sód: 1929.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.47 g; Sacharoza: 34.52 g; Cholesterol: 328.04 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>OZ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SEZ₁</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3093.9 kcal; Białko ogółem: 135.83 g ; : 88.9 g; Tłuszcz: 117.59 g; Węglowodany ogółem: 398.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; Wapń: 1086.81 mg; Żelazo: 16.28 mg; Witamina A : 2918.36 ug; Sód: 3474.26 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 48.36 g; Sacharoza: 37.53 g; Cholesterol: 642.15 mg;

sobota 2024-12-07 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU₁</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g , Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>OZ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SEZ₁</u>),	Posiłek nocny: Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2557.59 kcal; Białko ogółem: 151.18 g ; : 109.75 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Wapń: 1005.29 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A : 2816.71 ug; Sód: 2106.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.44 g; Sacharoza: 23.8 g; Cholesterol: 614.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-07		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU₁</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Połędwica sopocka (30g) 30 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plasterach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2587.15 kcal; Białko ogółem: 114.52 g ; : 75.29 g; Tłuszcz: 100.38 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Wapń: 698.97 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A : 2846.41 ug; Sód: 2958.68 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.71 g; Sacharoza: 44 g; Cholesterol: 574.24 mg;

sobota 2024-12-07		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (<u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z cieciorką i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (<u>GLU₁</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>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2730.03 kcal; Białko ogółem: 120.9 g ; : 82.71 g; Tłuszcz: 119.41 g; Węglowodany ogółem: 322.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Wapń: 663.39 mg; Żelazo: 15.14 mg; Witamina A : 2954.61 ug; Sód: 3085.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.92 g; Sacharoza: 44.27 g; Cholesterol: 596.42 mg;

sobota 2024-12-07		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka	
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU₁</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Połędwica sopocka (30g) 30 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plasterach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kanapka z połędwicą drobiową na pieczywie razowym (1 szt.-70g) 70 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2537.51 kcal; Białko ogółem: 118.73 g ; : 77.29 g; Tłuszcz: 98.05 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.88 g; Wapń: 669.74 mg; Żelazo: 17.35 mg; Witamina A : 2783.45 ug; Sód: 3487.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.01 g; Sacharoza: 28.82 g; Cholesterol: 573.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-12-07Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (JAJ), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (JAJ, MLE),	Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) 400 ml (GLU, SEL), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (GLU), 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 (GLU, MLE), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (GLU), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ser żółty(30g) 30 g (MLE), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Energia: 2888.47 kcal; Białko ogółem: 124.93 g ; : 83.79 g; Tłuszcz: 123.55 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g; Wapń: 749.41 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A : 2997.45 ug; Sód: 3296.72 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.54 g; Sacharoza: 42.77 g; Cholesterol: 621.26 mg;

sobota 2024-12-07Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU, SEL), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (GLU, SEL), Ryż (180g) 180 g (GLU), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU, MLE), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (GLU), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (GLU, JAJ, MLE),

Wartości odżywcze: Energia: 2745.59 kcal; Białko ogółem: 118.55 g ; : 76.37 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Wapń: 784.99 mg; Żelazo: 14.65 mg; Witamina A : 2889.25 ug; Sód: 3169.69 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.33 g; Sacharoza: 42.5 g; Cholesterol: 599.08 mg;

sobota 2024-12-07Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU, SEL), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (GLU, SEL), Ryż (180g) 180 g (GLU), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU, MLE), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU, JAJ, SOJ), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ, MLE, SEL), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2644.01 kcal; Białko ogółem: 137.37 g ; : 99.05 g; Tłuszcz: 106.35 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.36 g; Wapń: 889.29 mg; Żelazo: 16.38 mg; Witamina A : 2833.89 ug; Sód: 3856.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.73 g; Sacharoza: 25.72 g; Cholesterol: 617.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-07		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g (<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 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>), Jarzynka gotowana z olejem (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 tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona(10g) 0.05 szt ,
II Śniadanie: 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 ,		Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2163.76 kcal; Białko ogółem: 135.26 g ; : 94.66 g; Tłuszcz: 41.9 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Wapń: 712.69 mg; Żelazo: 12.36 mg; Witamina A : 2504.61 ug; Sód: 1929.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.47 g; Sacharoza: 34.52 g; Cholesterol: 328.04 mg;

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<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 ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</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 (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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Mieszanka królewska (110g) 110 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>), Szynka 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(150g) 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: 3093.9 kcal; Białko ogółem: 135.83 g ; : 88.9 g; Tłuszcz: 117.59 g; Węglowodany ogółem: 398.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; Wapń: 1086.81 mg; Żelazo: 16.28 mg; Witamina A : 2918.36 ug; Sód: 3474.26 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 48.36 g; Sacharoza: 37.53 g; Cholesterol: 642.15 mg;

sobota 2024-12-07		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>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</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>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g ,	
II Śniadanie: 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>),		Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 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: Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2557.59 kcal; Białko ogółem: 151.18 g ; : 109.75 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Wapń: 1005.29 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A : 2816.71 ug; Sód: 2106.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.44 g; Sacharoza: 23.8 g; Cholesterol: 614.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-07			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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , 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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: 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: 2587.15 kcal; Białko ogółem: 114.52 g ; : 75.29 g; Tłuszcz: 100.38 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Wapń: 698.97 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A : 2846.41 ug; Sód: 2958.68 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.71 g; Sacharoza: 44 g; Cholesterol: 574.24 mg;

sobota 2024-12-07			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 cieciorką 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>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: 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: 2730.03 kcal; Białko ogółem: 120.9 g ; : 82.71 g; Tłuszcz: 119.41 g; Węglowodany ogółem: 322.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Wapń: 663.39 mg; Żelazo: 15.14 mg; Witamina A : 2954.61 ug; Sód: 3085.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.92 g; Sacharoza: 44.27 g; Cholesterol: 596.42 mg;

sobota 2024-12-07			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>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</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 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>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , 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>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,			Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: Kanapka z polędwicą drobiową na pieczywie razowym (1 szt.-70g) 70 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,		

Wartości odżywcze: Energia: 2537.51 kcal; Białko ogółem: 118.73 g ; : 77.29 g; Tłuszcz: 98.05 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.88 g; Wapń: 669.74 mg; Żelazo: 17.35 mg; Witamina A : 2783.45 ug; Sód: 3487.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.01 g; Sacharoza: 28.82 g; Cholesterol: 573.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-08 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 chudy (50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2596.87 kcal; Białko ogółem: 113.3 g ; : 75.22 g; Tłuszcz: 105.97 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Wapń: 900.52 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A : 2003.81 ug; Sód: 2205.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.5 g; Sacharoza: 17.7 g; Cholesterol: 314.04 mg;

niedziela 2024-12-08 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 jaglana (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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2308.27 kcal; Białko ogółem: 118.4 g ; : 80.05 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Wapń: 818.44 mg; Żelazo: 14.05 mg; Witamina A : 1874.91 ug; Sód: 1907.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.74 g; Sacharoza: 15.3 g; Cholesterol: 325.34 mg;

niedziela 2024-12-08 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 jaglana (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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2063.27 kcal; Białko ogółem: 104.84 g ; : 67.72 g; Tłuszcz: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; Wapń: 946.94 mg; Żelazo: 16.12 mg; Witamina A : 1808.41 ug; Sód: 1929.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.07 g; Sacharoza: 16.02 g; Cholesterol: 279.44 mg;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
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>), 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 jaglana (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegret(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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Energia: 1957.87 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; : 71.87 g; Tłuszcz: 35.1 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Wapń: 892.44 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A : 1595.01 ug; Sód: 1917.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.19 g; Sacharoza: 15.3 g; Cholesterol: 207.34 mg;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta	
Zupa mleczna z ryżem(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 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 , Sałatka 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>),
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>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,		Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Serek waniliowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2607.66 kcal; Białko ogółem: 128.64 g ; : 88.88 g; Tłuszcz: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.5 g; Wapń: 1198.01 mg; Żelazo: 12.92 mg; Witamina A : 4285.05 ug; Sód: 2337.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.2 g; Sacharoza: 21.44 g; Cholesterol: 375.17 mg;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
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>), 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 , Sałatka z marchewki blanszowana(150g) 150 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE</u>),		Podwieczorek: Biszkopty (20g) 20 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>),	
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2185.8 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; : 75.64 g; Tłuszcz: 59.55 g; Węglowodany ogółem: 322 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Wapń: 1045.01 mg; Żelazo: 11.3 mg; Witamina A : 4564.39 µg; Sód: 2156.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.79 g; Sacharoza: 28.75 g; Cholesterol: 348.84 mg;

niedziela 2024-12-08			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>, <u>GOR₁</u>, <u>SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u>, <u>SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU₁</u>, <u>SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU₁</u>, <u>SEL₁</u>),	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,		Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2013.63 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; : 66.72 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 285.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Wapń: 797.72 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A : 1805.57 ug; Sód: 1895.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.88 g; Sacharoza: 17.04 g; Cholesterol: 261 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) 80 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</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>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2441.73 kcal; Białko ogółem: 110.2 g; : 74.14 g; Tłuszcz: 102.7 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Wapń: 820.8 mg; Żelazo: 13.47 mg; Witamina A : 1960.97 ug; Sód: 2187.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.07 g; Sacharoza: 19.44 g; Cholesterol: 289.2 mg;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jaglana (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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2014.63 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.85 g; Wapń: 879.72 mg; Żelazo: 16.88 mg; Witamina A : 1765.57 ug; Sód: 2140.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.79 g; Sacharoza: 18.56 g; Cholesterol: 254.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-12-08Jadłospis 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 chudy (50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2596.87 kcal; Białko ogółem: 113.3 g ; : 75.22 g; Tłuszcz: 105.97 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Wapń: 900.52 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A : 2003.81 ug; Sód: 2205.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.5 g; Sacharoza: 17.7 g; Cholesterol: 314.04 mg;

niedziela 2024-12-08Jadłospis 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 jaglana (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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2308.27 kcal; Białko ogółem: 118.4 g ; : 80.05 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Wapń: 818.44 mg; Żelazo: 14.05 mg; Witamina A : 1874.91 ug; Sód: 1907.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.74 g; Sacharoza: 15.3 g; Cholesterol: 325.34 mg;

niedziela 2024-12-08Jadłospis 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 jaglana (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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2063.27 kcal; Białko ogółem: 104.84 g ; : 67.72 g; Tłuszcz: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; Wapń: 946.94 mg; Żelazo: 16.12 mg; Witamina A : 1808.41 ug; Sód: 1929.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.07 g; Sacharoza: 16.02 g; Cholesterol: 279.44 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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>), 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 jaglana (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegret(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>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 1957.87 kcal; Białko ogółem: 110.22 g ; : 71.87 g; Tłuszcz: 35.1 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Wapń: 892.44 mg; Żelazo: 13.95 mg; Witamina A : 1595.01 ug; Sód: 1917.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.19 g; Sacharoza: 15.3 g; Cholesterol: 207.34 mg;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(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 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>),
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>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2607.66 kcal; Białko ogółem: 128.64 g ; : 88.88 g; Tłuszcz: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.5 g; Wapń: 1198.01 mg; Żelazo: 12.92 mg; Witamina A : 4285.05 ug; Sód: 2337.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.2 g; Sacharoza: 21.44 g; Cholesterol: 375.17 mg;

niedziela 2024-12-08 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), 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>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Biszkopty (20g) 20 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2185.8 kcal; Białko ogółem: 111.33 g ; : 75.64 g; Tłuszcz: 59.55 g; Węglowodany ogółem: 322 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Wapń: 1045.01 mg; Żelazo: 11.3 mg; Witamina A : 4564.39 ug; Sód: 2156.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.79 g; Sacharoza: 28.75 g; Cholesterol: 348.84 mg;

niedziela 2024-12-08 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>), 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 jaglana (180g) 180 g , Salata zielona z sosem vinegret(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>),
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>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2013.63 kcal; Białko ogółem: 103.05 g ; : 66.72 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 285.79 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; Wapń: 797.72 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A : 1805.57 ug; Sód: 1895.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.88 g; Sacharoza: 17.04 g; Cholesterol: 261 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) 80 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</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>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2441.73 kcal; Białko ogółem: 110.2 g; : 74.14 g; Tłuszcz: 102.7 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Wapń: 820.8 mg; Żelazo: 13.47 mg; Witamina A : 1960.97 ug; Sód: 2187.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.07 g; Sacharoza: 19.44 g; Cholesterol: 289.2 mg;

niedziela 2024-12-08		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kasza jaglana (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>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2014.63 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.85 g; Wapń: 879.72 mg; Żelazo: 16.88 mg; Witamina A : 1765.57 ug; Sód: 2140.38 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.79 g; Sacharoza: 18.56 g; Cholesterol: 254.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2498.66 kcal; Białko ogółem: 97.29 g ; : 52.83 g; Tłuszcz: 92.22 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; Błonnik pokarmowy: 46.3 g; Wapń: 866.19 mg; Żelazo: 16.34 mg; Witamina A : 2414.33 ug; Sód: 3115.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.95 g; Sacharoza: 21.6 g; Cholesterol: 337.55 mg;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko (1szt-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2186.65 kcal; Białko ogółem: 100.79 g ; : 58.65 g; Tłuszcz: 63.6 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Wapń: 698.6 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A : 1548.81 ug; Sód: 2934.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.02 g; Sacharoza: 18.62 g; Cholesterol: 235.34 mg;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Jabłko (1szt-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2183.53 kcal; Białko ogółem: 100.41 g ; : 56.73 g; Tłuszcz: 58.21 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Wapń: 681.05 mg; Żelazo: 13.27 mg; Witamina A : 1513.46 ug; Sód: 3141.4 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.24 g; Sacharoza: 20.79 g; Cholesterol: 230.54 mg;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), 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 z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), 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 (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</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 ,

Wartości odżywcze: Energia: 2048.77 kcal; Białko ogółem: 99.83 g ; : 65.23 g ; Tłuszcz: 42.31 g ; Węglowodany ogółem: 340.04 g ; Błonnik pokarmowy: 27.49 g ; Wapń: 924.89 mg; Żelazo: 9.69 mg; Witamina A : 3711.17 ug; Sód: 3093.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.57 g ; Sacharoza: 22.02 g ; Cholesterol: 176.94 mg;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<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>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), 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 (<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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 25 g ,
II Śniadanie: 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>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2567.78 kcal; Białko ogółem: 110.4 g ; : 66.84 g ; Tłuszcz: 72.87 g ; Węglowodany ogółem: 393.91 g ; Błonnik pokarmowy: 30.28 g ; Wapń: 1007.04 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A : 1608.99 ug; Sód: 3227.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.78 g ; Sacharoza: 36.07 g ; Cholesterol: 267.17 mg;

poniedziałek 2024-12-09 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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 sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (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>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: 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>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 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 ,

Wartości odżywcze: Energia: 2297.78 kcal; Białko ogółem: 98.8 g ; : 62.7 g ; Tłuszcz: 62.64 g ; Węglowodany ogółem: 359.5 g ; Błonnik pokarmowy: 28.55 g ; Wapń: 846.14 mg; Żelazo: 9.96 mg; Witamina A : 3934.87 ug; Sód: 3090.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.62 g ; Sacharoza: 42.6 g ; Cholesterol: 251.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Salátka 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 (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Twaróg chudy (60g) 60 g (MLE₁), Dżem(25g) 25 g ,		
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU₁), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (MLE₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2076.36 kcal; Białko ogółem: 99.58 g ; : 64.37 g; Tłuszcz: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Wapń: 825.08 mg; Żelazo: 9.71 mg; Witamina A : 1537.97 ug; Sód: 2586.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.38 g; Sacharoza: 17.97 g; Cholesterol: 226.5 mg;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ₁), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Sałata jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (GLU₁ , JAJ , SOJ , MLE , ORZ , SEL , GOR₁),		
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (MLE₁), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2301.07 kcal; Białko ogółem: 91.94 g ; : 49.91 g; Tłuszcz: 86.7 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; Błonnik pokarmowy: 43.99 g; Wapń: 686.67 mg; Żelazo: 15.93 mg; Witamina A : 2374.69 ug; Sód: 2653.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.98 g; Sacharoza: 19.15 g; Cholesterol: 314.31 mg;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Sałátka 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 (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Twaróg chudy (60g) 60 g (MLE₁), Mus z jabłka (50g) 50 g ,		
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (MLE₁), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2179.74 kcal; Białko ogółem: 102.15 g ; : 62.45 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.37 g; Wapń: 820.03 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A : 1502.62 ug; Sód: 3021.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.75 g; Sacharoza: 20.94 g; Cholesterol: 221.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-09Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2498.66 kcal; Białko ogółem: 97.29 g ; : 52.83 g; Tłuszcz: 92.22 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; Błonnik pokarmowy: 46.3 g; Wapń: 866.19 mg; Żelazo: 16.34 mg; Witamina A : 2414.33 ug; Sód: 3115.54 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.95 g; Sacharoza: 21.6 g; Cholesterol: 337.55 mg;

poniedziałek 2024-12-09Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko (1szt-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2186.65 kcal; Białko ogółem: 100.79 g ; : 58.65 g; Tłuszcz: 63.6 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Wapń: 698.6 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A : 1548.81 ug; Sód: 2934.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.02 g; Sacharoza: 18.62 g; Cholesterol: 235.34 mg;

poniedziałek 2024-12-09Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Jabłko (1szt-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2183.53 kcal; Białko ogółem: 100.41 g ; : 56.73 g; Tłuszcz: 58.21 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Wapń: 681.05 mg; Żelazo: 13.27 mg; Witamina A : 1513.46 ug; Sód: 3141.4 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.24 g; Sacharoza: 20.79 g; Cholesterol: 230.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)	
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>), 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 z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), 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 (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 25 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</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: 2048.77 kcal; Białko ogółem: 99.83 g ; : 65.23 g ; Tłuszcz: 42.31 g ; Węglowodany ogółem: 340.04 g ; Błonnik pokarmowy: 27.49 g ; Wapń: 924.89 mg; Żelazo: 9.69 mg; Witamina A : 3711.17 ug; Sód: 3093.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.57 g; Sacharoza: 22.02 g; Cholesterol: 176.94 mg;

poniedziałek 2024-12-09			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), 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 (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2567.78 kcal; Białko ogółem: 110.4 g ; : 66.84 g ; Tłuszcz: 72.87 g ; Węglowodany ogółem: 393.91 g ; Błonnik pokarmowy: 30.28 g ; Wapń: 1007.04 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A : 1608.99 ug; Sód: 3227.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.78 g; Sacharoza: 36.07 g; Cholesterol: 267.17 mg;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szyńka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2297.78 kcal; Białko ogółem: 98.8 g ; : 62.7 g ; Tłuszcz: 62.64 g ; Węglowodany ogółem: 359.5 g ; Błonnik pokarmowy: 28.55 g ; Wapń: 846.14 mg; Żelazo: 9.96 mg; Witamina A : 3934.87 ug; Sód: 3090.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.62 g; Sacharoza: 42.6 g; Cholesterol: 251.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Salátka 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 (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Twaróg chudy (60g) 60 g (MLE₁), Dżem(25g) 25 g ,		
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU₁), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (MLE₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2076.36 kcal; Białko ogółem: 99.58 g ; : 64.37 g; Tłuszcz: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Wapń: 825.08 mg; Żelazo: 9.71 mg; Witamina A : 1537.97 ug; Sód: 2586.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.38 g; Sacharoza: 17.97 g; Cholesterol: 226.5 mg;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ₁), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Sałátka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (GLU₁ , JAJ , SOJ , MLE , ORZ , SEL , GOR₁),		
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (MLE₁), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2301.07 kcal; Białko ogółem: 91.94 g ; : 49.91 g; Tłuszcz: 86.7 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; Błonnik pokarmowy: 43.99 g; Wapń: 686.67 mg; Żelazo: 15.93 mg; Witamina A : 2374.69 ug; Sód: 2653.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.98 g; Sacharoza: 19.15 g; Cholesterol: 314.31 mg;

poniedziałek 2024-12-09		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Kefir(200g) 200 g (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,		Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (SEL₁), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (GLU₁ , SEL₁), Makaron spaghetti (180g) 180 g , Salátka 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 (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Twaróg chudy (60g) 60 g (MLE₁), Mus z jabłka (50g) 50 g ,		
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (MLE₁), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,
		Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁ , JAJ , SOJ₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szyńka z indyka (50g) 50 g (JAJ , SOJ , SEL , GOR₁), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2179.74 kcal; Białko ogółem: 102.15 g ; : 62.45 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.37 g; Wapń: 820.03 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A : 1502.62 ug; Sód: 3021.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.75 g; Sacharoza: 20.94 g; Cholesterol: 221.7 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10 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>), 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>),
II Śniadanie: 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 ,	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: 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;

wtorek 2024-12-10 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>), 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 piecą(roladką)(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>),
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: 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: 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;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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>), 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 piecą(roladką)(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>),
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>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: 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;

wtorek 2024-12-10 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 piecą(roladką)(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>),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SOZ₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Budyń słodzony z musem truskawkowym-150ml/50g 150 ml (<u>MLE₁</u>),
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia: 2229.12 kcal; Białko ogółem: 125.92 g; : 88.75 g; Tłuszcz: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; Wapń: 875.85 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A : 1853.4 ug; Sód: 2085.62 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 14.24 g; Sacharoza: 50.36 g; Cholesterol: 364.39 mg;

wtorek 2024-12-10		
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>), Pasta z kielbasy szynkowej z zieloną pietruszką (30g) 50 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), Herbatniki Petitit/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2862.47 kcal; Białko ogółem: 137.02 g ; 95.87 g; Tłuszcz: 100.25 g; Węglowodany ogółem: 377.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Wapń: 1243.49 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A : 2176.15 ug; Sód: 2344.12 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41 g; Sacharoza: 42.36 g; Cholesterol: 663.19 mg;

wtorek 2024-12-10		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 jają 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 ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>,), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>,), Pasta z kielbasy szynkowej z zieloną pietruszką (30g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	
		Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2837.38 kcal; Białko ogółem: 155.66 g; : 118.5 g; Tłuszcz: 94.12 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; Wapń: 1200.27 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A : 2269.93 ug; Sód: 3060.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.93 g; Sacharoza: 54.93 g; Cholesterol: 661.24 mg;

wtorek 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,		Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u>, <u>JAJ₁</u>, <u>SEL₁</u>), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u>, <u>SOJ₁</u>, <u>MLE₁</u>, <u>ORZ₁</u>, <u>SEL₁</u>, <u>GOR₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w warzywnach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁</u>, <u>SEL₁</u>),		
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u>, <u>MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u>, <u>JAJ₁</u>, <u>MLE₁</u>),		

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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>),

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 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, JAJ₁, SEL₁</u>), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁, ORZ₁, SEL₁, GOR₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,
			Posiłek nocny: Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁, SEL₁, GOR₁</u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, SEL₁</u>),

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: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10 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>), 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 , Salátka 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>),
II Śniadanie: 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 ,	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: 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;

wtorek 2024-12-10			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>,), 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 ziolowy (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>,),	
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: 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: 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;

wtorek 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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>), 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 piecą[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 wino(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>),	
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>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,		Posiłek nocny: 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 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
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 , Salátka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompót 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>,), Połędwica 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: Budyń słodzony z musem truskawkowym-150ml/50g 150 ml (<u>MLE</u>,),	

Wartości odżywcze: Energia: 2229.12 kcal; Białko ogółem: 125.92 g ; 88.75 g; Tłuszcz: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; Wapń: 875.85 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A : 1853.4 ug; Sód: 2085.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.24 g; Sacharoza: 50.36 g; Cholesterol: 364.39 mg;

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
wtorek 2024-12-10		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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, JAJ, SEL,</u>), Pulpet rybny z miruny (70g) 70 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</u>), Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, 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, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, 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, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z kielbasy szynkowej z zieloną pietruszką (30g) 50 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU, MLE,</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2862.47 kcal; Białko ogółem: 137.02 g ; 95.87 g; Tłuszcz: 100.25 g; Węglowodany ogółem: 377.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Wapń: 1243.49 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A : 2176.15 ug; Sód: 2344.12 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41 g; Sacharoza: 42.36 g; Cholesterol: 663.19 mg;

wtorek 2024-12-10		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 jają 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 ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z kielbasy szynkowej z zieloną pietruszką (30g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	
		Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2837.38 kcal; Białko ogółem: 155.66 g ; : 118.5 g ; Tłuszcz: 94.12 g ; Węglowodany ogółem: 363.61 g ; Błonnik pokarmowy: 27.05 g ; Wapń: 1200.27 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A : 2269.93 ug; Sód: 3060.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.93 g; Sacharoza: 54.93 g; Cholesterol: 661.24 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

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 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,
			Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

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 2024-12-10			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,			Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,
Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>),			
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,			Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,
			Posiłek nocny: Kanapka z szynką z indyka na pieczywie razowym (1szt.70g) 1 szt (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u>),

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
środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kapusta czerwona zasmażana(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 (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>), Salátka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ</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>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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: 2905.52 kcal; Białko ogółem: 106.73 g ; 56.46 g; Tłuszcz: 117.12 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Wapń: 769.26 mg; Żelazo: 18.16 mg; Witamina A : 2132.96 ug; Sód: 2607.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.29 g; Sacharoza: 27.38 g; Cholesterol: 455.64 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenka (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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopočka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2258.15 kcal; Białko ogółem: 94.51 g ; 53.87 g; Tłuszcz: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Wapń: 760.06 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A : 1902.7 ug; Sód: 2980.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.11 g; Sacharoza: 40.2 g; Cholesterol: 287.07 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopočka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 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>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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>),

Wartości odżywcze: Energia: 2228.91 kcal; Białko ogółem: 98.97 g ; 56.6 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; Błonnik pokarmowy: 47.02 g; Wapń: 755.57 mg; Żelazo: 15.19 mg; Witamina A : 2083.44 ug; Sód: 3110.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.39 g; Sacharoza: 25.69 g; Cholesterol: 301.02 mg;

środa 2024-12-11 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 pszenka (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU</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 , Surówka z selera i marchwi na wino (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 tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopočka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia: 2132.5 kcal; Białko ogółem: 106.23 g ; : 65.69 g; Tłuszcz: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Wapń: 794.72 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A : 2165.76 ug; Sód: 2980.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.77 g; Sacharoza: 41.84 g; Cholesterol: 269.04 mg;

środa 2024-12-11 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 (2 kromki)(80g) 80 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>), Dżem (25g) op 25 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2510.91 kcal; Białko ogółem: 102.68 g ; : 61.58 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Wapń: 1059.59 mg; Żelazo: 12.43 mg; Witamina A : 1810.35 ug; Sód: 3045.73 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.41 g; Sacharoza: 54.4 g; Cholesterol: 317.7 mg;

środa 2024-12-11 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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salátka zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z selera i marchewki blanszowana z olejem (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 tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2494.02 kcal; Białko ogółem: 103.16 g ; : 66.24 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 372.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; Wapń: 840.43 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A : 2627.8 ug; Sód: 2987.36 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.3 g; Sacharoza: 55.85 g; Cholesterol: 344.79 mg;

środa 2024-12-11 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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salátka zielona II (10g) 10 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , 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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2070.74 kcal; Białko ogółem: 89.15 g ; : 52.11 g; Tłuszcz: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 320.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Wapń: 640.59 mg; Żelazo: 10.92 mg; Witamina A : 1854.88 ug; Sód: 2954.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.89 g; Sacharoza: 41.73 g; Cholesterol: 259.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11			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>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,			Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kapusta czerwona zasmażana(150g) 150 g , 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Salatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ</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>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,			Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: 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: 2780.53 kcal; Białko ogółem: 102.11 g ; : 55.42 g; Tłuszcz: 116.03 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Wapń: 677.14 mg; Żelazo: 16.85 mg; Witamina A : 2130.82 ug; Sód: 2591.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.27 g; Sacharoza: 28.91 g; Cholesterol: 443.2 mg;

środa 2024-12-11			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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,			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 , Salatka z mieszanki królewskiej (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>), Salatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 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>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g ,			Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		
			Posiłek nocny: 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>),		

Wartości odżywcze: Energia: 2148 kcal; Białko ogółem: 96.56 g ; : 54.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; Błonnik pokarmowy: 49.14 g; Wapń: 648.6 mg; Żelazo: 15 mg; Witamina A : 2035.62 ug; Sód: 3313.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.32 g; Sacharoza: 28.02 g; Cholesterol: 273.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kapusta czerwona zasmażana(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 (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>), Salátka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ</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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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: 2905.52 kcal; Białko ogółem: 106.73 g ; 56.46 g; Tłuszcz: 117.12 g; Węglowodany ogółem: 393.22 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Wapń: 769.26 mg; Żelazo: 18.16 mg; Witamina A : 2132.96 ug; Sód: 2607.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.29 g; Sacharoza: 27.38 g; Cholesterol: 455.64 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2258.15 kcal; Białko ogółem: 94.51 g ; 53.87 g; Tłuszcz: 62.07 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Wapń: 760.06 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A : 1902.7 ug; Sód: 2980.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.11 g; Sacharoza: 40.2 g; Cholesterol: 287.07 mg;

środa 2024-12-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	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 , Salátka z mieszanki królewskiej (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>), Salátka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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>),

Wartości odżywcze: Energia: 2228.91 kcal; Białko ogółem: 98.97 g ; 56.6 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; Błonnik pokarmowy: 47.02 g; Wapń: 755.57 mg; Żelazo: 15.19 mg; Witamina A : 2083.44 ug; Sód: 3110.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.39 g; Sacharoza: 25.69 g; Cholesterol: 301.02 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11 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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU</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 , Surówka z selera i marchwi na winno (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 tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2132.5 kcal; Białko ogółem: 106.23 g ; : 65.69 g; Tłuszcz: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Wapń: 794.72 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A : 2165.76 ug; Sód: 2980.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.77 g; Sacharoza: 41.84 g; Cholesterol: 269.04 mg;

środa 2024-12-11 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 (2 kromki)(80g) 80 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>), Dżem (25g) op 25 g ,	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 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>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2510.91 kcal; Białko ogółem: 102.68 g ; : 61.58 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Wapń: 1059.59 mg; Żelazo: 12.43 mg; Witamina A : 1810.35 ug; Sód: 3045.73 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.41 g; Sacharoza: 54.4 g; Cholesterol: 317.7 mg;

środa 2024-12-11 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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (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 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</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Kisiel słodzony (150ml) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2494.02 kcal; Białko ogółem: 103.16 g ; : 66.24 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 372.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; Wapń: 840.43 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A : 2627.8 ug; Sód: 2987.36 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.3 g; Sacharoza: 55.85 g; Cholesterol: 344.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-12-11		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>), 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 , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , 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>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: 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 ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2070.74 kcal; Białko ogółem: 89.15 g ; : 52.11 g; Tłuszcz: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 320.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Wapń: 640.59 mg; Żelazo: 10.92 mg; Witamina A : 1854.88 ug; Sód: 2954.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.89 g; Sacharoza: 41.73 g; Cholesterol: 259.5 mg;

środa 2024-12-11		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>), 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>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU, JAJ</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU, SEL</u>), Kapusta czerwona zasmażana(150g) 150 g , 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>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła śliwkowe(40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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: 2780.53 kcal; Białko ogółem: 102.11 g ; : 55.42 g; Tłuszcz: 116.03 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Wapń: 677.14 mg; Żelazo: 16.85 mg; Witamina A : 2130.82 ug; Sód: 2591.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.27 g; Sacharoza: 28.91 g; Cholesterol: 443.2 mg;

środa 2024-12-11		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 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 , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , 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>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: 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 mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: 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: 2148 kcal; Białko ogółem: 96.56 g ; : 54.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; Błonnik pokarmowy: 49.14 g; Wapń: 648.6 mg; Żelazo: 15 mg; Witamina A : 2035.62 ug; Sód: 3313.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.32 g; Sacharoza: 28.02 g; Cholesterol: 273.45 mg;