

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-23 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>), Kielbasa krakowska (50g) 50 g , Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Zupa żurek z ziemniakami(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU₁, JAJ</u>), Cebula duszona (20g) 20 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU₁, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , 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, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2640.77 kcal; Białko ogółem: 106.3 g; : 68.45 g; Tłuszcz: 103.12 g; Węglowodany ogółem: 353.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; Wapń: 880.63 mg; Żelazo: 15.23 mg; Witamina A : 1371.99 ug; Sód: 4591.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.58 g; Sacharoza: 28.07 g; Cholesterol: 488.44 mg;

czwartek 2025-01-23 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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, 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>), Salata 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, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2400.46 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; : 72.21 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 354.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; Wapń: 1048.99 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 2490.17 ug; Sód: 2161.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.14 g; Sacharoza: 30.08 g; Cholesterol: 427.24 mg;

czwartek 2025-01-23 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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU₁, SOJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ, 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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ, 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: Serek grani (200g) 200 g , Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2431.88 kcal; Białko ogółem: 128.28 g; : 89.04 g; Tłuszcz: 74.73 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.65 g; Wapń: 979.43 mg; Żelazo: 16.39 mg; Witamina A : 2506.87 ug; Sód: 2701.7 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.53 g; Sacharoza: 25.45 g; Cholesterol: 464.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-23 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>), 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 ,	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: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ₁</u> , <u>ORZ₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2025.1 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; : 68.4 g; Tłuszcz: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Wapń: 980.99 mg; Żelazo: 12.84 mg; Witamina A : 2111.01 ug; Sód: 2031.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.29 g; Sacharoza: 26.2 g; Cholesterol: 163.76 mg;

czwartek 2025-01-23 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 ryżowa z kalafiozem z zieloną pietruszką nać (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: 2931.88 kcal; Białko ogółem: 126.5 g; : 80.54 g; Tłuszcz: 82.79 g; Węglowodany ogółem: 447.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Wapń: 1384.45 mg; Żelazo: 15.8 mg; Witamina A : 2564.28 ug; Sód: 2434.72 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.43 g; Sacharoza: 65.52 g; Cholesterol: 459.33 mg;

czwartek 2025-01-23 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>), Salata 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. nasyc.: 35.98 g; Sacharoza: 41.59 g; Cholesterol: 432.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-23 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 ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (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>), Ziemniaki (220g) 220 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>), Salata 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: 2220.39 kcal; Białko ogółem: 106.58 g ; 69.29 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 322.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Wapń: 869.91 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A : 2465.53 ug; Sód: 1701.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.45 g; Sacharoza: 27.63 g; Cholesterol: 404.02 mg;

czwartek 2025-01-23 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 ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Cebula duszona (20g) 20 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	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>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , 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: 2395.78 kcal; Białko ogółem: 99.92 g ; 65.53 g; Tłuszcz: 97.66 g; Węglowodany ogółem: 307.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Wapń: 703.55 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 1349.19 ug; Sód: 4126.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.65 g; Sacharoza: 24.75 g; Cholesterol: 465.2 mg;

czwartek 2025-01-23 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 ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (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>), Ziemniaki (220g) 220 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>), Salata 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: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2259.39 kcal; Białko ogółem: 109.92 g ; 70.16 g; Tłuszcz: 67.04 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; Wapń: 958.41 mg; Żelazo: 17.11 mg; Witamina A : 2452.03 ug; Sód: 1822.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.33 g; Sacharoza: 25.6 g; Cholesterol: 426.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-24 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 półtłusty (80g) 80 g (<u>MLE</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Schab w cieście(80g) 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</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>), 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 i ziel.pietr. (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: 2647.69 kcal; Białko ogółem: 113.72 g ; : 61.45 g; Tłuszcz: 112.19 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Wapń: 905.06 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A : 2298.71 ug; Sód: 2145.78 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.89 g; Sacharoza: 10.79 g; Cholesterol: 302.35 mg;

piątek 2025-01-24 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chleb tostowy (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: 2691.13 kcal; Białko ogółem: 127.89 g ; : 80.65 g; Tłuszcz: 87.95 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; Wapń: 1068.18 mg; Żelazo: 12.76 mg; Witamina A : 3050.89 ug; Sód: 1931.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.65 g; Sacharoza: 25.48 g; Cholesterol: 431.29 mg;

piątek 2025-01-24 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u>), Masło ekstra (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: 2567.03 kcal; Białko ogółem: 124.74 g ; : 78.73 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 367.3 g; Błonnik pokarmowy: 43.54 g; Wapń: 1037.68 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A : 3014.09 ug; Sód: 1910.6 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.01 g; Sacharoza: 24.4 g; Cholesterol: 426.49 mg;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
--	--	--

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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2,</u>), Rospzonka (7g) 7 g ,	Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew gotowana(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>), Risotto ze 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>), 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: 2170.08 kcal; Białko ogółem: 110.41 g ; : 69.1 g ; Tłuszcz: 39.45 g ; Węglowodany ogółem: 365.98 g ; Błonnik pokarmowy: 30.04 g ; Wapń: 768.14 mg; Żelazo: 11.39 mg; Witamina A : 4344.51 ug; Sód: 2522.03 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.97 g ; Sacharoza: 26.19 g ; Cholesterol: 278.14 mg;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
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>), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2,</u>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE,</u>), 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 (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)(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: 3004.41 kcal; Białko ogółem: 139.36 g ; : 88.84 g ; Tłuszcz: 97.66 g ; Węglowodany ogółem: 418.45 g ; Błonnik pokarmowy: 33.15 g ; Wapń: 1389.82 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A : 2990.63 ug; Sód: 2192.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.46 g ; Sacharoza: 26.23 g ; Cholesterol: 463.12 mg;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2,</u>),	Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE,</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>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU, SEL,</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU, 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: 2767.48 kcal; Białko ogółem: 134.86 g ; : 90.63 g ; Tłuszcz: 85.82 g ; Węglowodany ogółem: 384.19 g ; Błonnik pokarmowy: 28.36 g ; Wapń: 1229.81 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A : 2784.17 ug; Sód: 2102.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.03 g ; Sacharoza: 32.95 g ; Cholesterol: 407.21 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (150g) 150 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>SOJ, GOR, SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE₁</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>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU, SEL₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</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: 2514.69 kcal; Białko ogółem: 122.75 g ; 78.13 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Wapń: 935.36 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A : 3003.25 ug; Sód: 1895.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.59 g; Sacharoza: 26.95 g; Cholesterol: 404.05 mg;

piątek 2025-01-24 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>), Twaróg półtłusty (80g) 80 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL₁</u>), Schab w cieście bez mleka(80g) 80 g (<u>GLU, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (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 (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Ogonówka (70g) 70 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) 80 g (<u>GLU, MLE, SEL, GOR₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2463.79 kcal; Białko ogółem: 107.63 g ; 57.71 g; Tłuszcz: 106.85 g; Węglowodany ogółem: 296.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Wapń: 728.35 mg; Żelazo: 11.51 mg; Witamina A : 2254.11 ug; Sód: 2095.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.21 g; Sacharoza: 12.38 g; Cholesterol: 270.2 mg;

piątek 2025-01-24 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, SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE₁</u>), 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 bazylią (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: 2517.19 kcal; Białko ogółem: 123.99 g ; 77.65 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 363.14 g; Błonnik pokarmowy: 46.99 g; Wapń: 968.36 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A : 2971.25 ug; Sód: 2122.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.73 g; Sacharoza: 26.97 g; Cholesterol: 401.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-01-25 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>), Pasztecik 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 , Cwikła (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>),

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 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków 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>),

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 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Szyńka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków 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>),

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;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowca)		
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 majeirankowy(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>), Rospzonka (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 2025-01-25 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>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa pejkanka 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 , Salátka 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 jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 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 2025-01-25 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 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 , Salátka 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>), Salata 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;

sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (150g) 150 g (<u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejkanka 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 , Salátka 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>), Salata 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>), Rospzonka (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 2025-01-25 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 2025-01-25 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 , Salátka 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>), Salátka 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: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-01-26 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, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, 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>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata 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: Serek homogenizowany naturalny (150g) 150 g (<u>MLE₁, może zawierać: MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2463.54 kcal; Białko ogółem: 124.58 g ; : 63.03 g; Tłuszcz: 67.06 g; Węglowodany ogółem: 376.57 g; Błonnik pokarmowy: 41.16 g; Wapń: 731.63 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A : 3813.24 ug; Sód: 3116.26 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.83 g; Sacharoza: 36 g; Cholesterol: 254.56 mg;

niedziela 2025-01-26 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 drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salata z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, 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>GLU₁, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata 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>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny (150g) 150 g (<u>MLE₁, może zawierać: MLE₁</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU₁, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2422.08 kcal; Białko ogółem: 113.72 g ; : 65.28 g; Tłuszcz: 70.8 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Wapń: 644.1 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A : 1000.3 ug; Sód: 2742.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.9 g; Sacharoza: 36.48 g; Cholesterol: 260.26 mg;

niedziela 2025-01-26 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 drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, 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 , Salata z mieszanki królewskiej (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU₁, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁, SOJ, SEL, GOR₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU₁, JAJ, 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, JAJ, SOJ, SEL₁</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 2025-01-26 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, 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 , Salata z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Polędwica sopocka (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 2025-01-26 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: Serek homogenizowany naturalny (150g) 150 g (<u>MLE, może zawierać: MLE</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2634.93 kcal; Białko ogółem: 120.63 g ; : 72.99 g; Tłuszcz: 77.26 g; Węglowodany ogółem: 378.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; Wapń: 931.7 mg; Żelazo: 10.58 mg; Witamina A : 1066.12 ug; Sód: 2835.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.93 g; Sacharoza: 50.4 g; Cholesterol: 290.89 mg;

niedziela 2025-01-26 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: Serek homogenizowany naturalny (150g) 150 g (<u>MLE, może zawierać: MLE</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2312.32 kcal; Białko ogółem: 116.46 g ; : 67.46 g; Tłuszcz: 68.38 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.8 g; Wapń: 716.45 mg; Żelazo: 11.15 mg; Witamina A : 1813.85 ug; Sód: 3377.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.46 g; Sacharoza: 34.81 g; Cholesterol: 286.46 mg;

niedziela 2025-01-26 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 2025-01-26			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</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>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</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>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</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>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 2025-01-26			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>SOJ₂</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,			Zupa koperkowa z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) 130 g (<u>GLU₁</u> , <u>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</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</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>), 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</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>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: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-27 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 półtł. 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 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>), Polędwica sopočka (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: 2878.49 kcal; Białko ogółem: 106.5 g ; : 63.21 g; Tłuszcz: 137.51 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Wapń: 1081.57 mg; Żelazo: 18.21 mg; Witamina A : 1619.41 ug; Sód: 2671.16 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.55 g; Sacharoza: 25.64 g; Cholesterol: 281.96 mg;

poniedziałek 2025-01-27 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</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 sopočka (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: 2340.82 kcal; Białko ogółem: 106.18 g ; : 66.29 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 329.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; Wapń: 965.78 mg; Żelazo: 14.98 mg; Witamina A : 1704.4 ug; Sód: 2199.68 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.45 g; Sacharoza: 31.96 g; Cholesterol: 492.56 mg;

poniedziałek 2025-01-27 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>), 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 ,	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>), Mozzarella (30g) 30 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>), Polędwica sopočka (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: 2261.22 kcal; Białko ogółem: 103.88 g ; : 63.17 g; Tłuszcz: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Błonnik pokarmowy: 39.09 g; Wapń: 935.28 mg; Żelazo: 17.17 mg; Witamina A : 1667.6 ug; Sód: 2178.78 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.81 g; Sacharoza: 30.88 g; Cholesterol: 487.76 mg;

poniedziałek 2025-01-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 , Salátka 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 2025-01-27 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: 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: 2514.11 kcal; Białko ogółem: 112.25 g ; : 73.66 g; Tłuszcz: 83.21 g; Węglowodany ogółem: 352.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Wapń: 1269.99 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A : 1636.03 ug; Sód: 2082.82 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.28 g; Sacharoza: 50.99 g; Cholesterol: 522.23 mg;

poniedziałek 2025-01-27 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 , Salátka 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2390.22 kcal; Białko ogółem: 109.1 g ; : 70 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; Wapń: 1094.83 mg; Żelazo: 15.12 mg; Witamina A : 1686.08 ug; Sód: 2060.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.04 g; Sacharoza: 47.14 g; Cholesterol: 507.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27 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, JAJ₁, SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁, SOJ₁, 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</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, JAJ₁, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2179.08 kcal; Białko ogółem: 101.52 g ; 65.21 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Wapń: 872.86 mg; Żelazo: 13.66 mg; Witamina A : 1661.56 ug; Sód: 2182.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.69 g; Sacharoza: 33.49 g; Cholesterol: 467.72 mg;

poniedziałek 2025-01-27 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 półtł. 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, SEL₁</u>), Kotlet z karkówki panierowany (105g) 105 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁, SOJ₁, 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>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 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>), 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: 2716.75 kcal; Białko ogółem: 101.84 g ; 62.13 g; Tłuszcz: 132.29 g; Węglowodany ogółem: 315.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Wapń: 988.65 mg; Żelazo: 16.89 mg; Witamina A : 1576.57 ug; Sód: 2653.95 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.79 g; Sacharoza: 27.17 g; Cholesterol: 257.12 mg;

poniedziałek 2025-01-27 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, JAJ₁, SEL₁</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU₁, JAJ₁</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU₁, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU₁, SOJ₁, MLE₁</u>), 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>), Pasta mięsno-jarzynowa(z mięsa kurczaka)z zieloną pietruszką (70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>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 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, JAJ₁, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2099.48 kcal; Białko ogółem: 99.22 g ; 62.09 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 304.95 g; Błonnik pokarmowy: 37.02 g; Wapń: 842.36 mg; Żelazo: 15.85 mg; Witamina A : 1624.76 ug; Sód: 2161.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.05 g; Sacharoza: 32.41 g; Cholesterol: 462.92 mg;

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 2025-01-28 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 , Salátka 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 2025-01-28 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 , Salátka 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>), Salátka 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 2025-01-28 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 2025-01-28 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 (60g) 60 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: 2408.41 kcal; Białko ogółem: 89.03 g ; : 48.03 g; Tłuszcz: 93.11 g; Węglowodany ogółem: 335.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.46 g; Wapń: 806.98 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A : 3657.99 ug; Sód: 2698.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.36 g; Sacharoza: 32.98 g; Cholesterol: 427.5 mg;

wtorek 2025-01-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), 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>), 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 ,	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>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SOJ₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 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>), Pasztecik z drobiu (40g) 40 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</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>MLE₁</u>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</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;

22

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B

Śniadanie - II Śniadanie

Obiad - Podwieczorek

Kolacja - Posiłek nocny

środa 2025-01-29

Jadłospis dla diety: Podstawowa

Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (**GLU_i**, **JAJ_i**, **MLE_i**), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (**GLU_i**), Masło ekstra (10g) 10 g (**MLE_i**), Ser żółty(60g) 60 g (**MLE_i**), Papryka czerwona(30g) 30 g ,

Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) 400 ml
(**MLE**, **SEL**), Pierogi jarskie (530g-8 szt.)
530 g (**GLU**, **JAJ**, **MLE**), Cebula duszona
(20g) 20 g , Sałata lodowa z marchewką i
sosem vinegret (40g) 40 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), Kiełbasa śląska z wody (100g) 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU, MLE).

II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g
(GLU.), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE.), Ogonówka (30g) 30
g (SOJ.), Roszponka (7g) 7 g ,

Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g
--

Posilek nocny: Serek wanilinowy(1szt.-150g) 1 szt (**MLE,**),
Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2633.95 kcal; Białko ogółem: 118.71 g ; : 72.63 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 373.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Wapń: 854.12 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A : 1479.38 ug; Sód: 2928.9 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.15 g; Sacharoza: 21.51 g; Cholesterol: 270.04 mg;

środa 2025-01-29

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna

Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (**GLU**, **JAJ**, **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**), Salata 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.), Serdela z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ.), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU., MLE.),

II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU_L),
Masło ekstra (5g) 5 g (MLE_L), 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: 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 2025-01-29

Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)

Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (**GLU**, **JAJ**, **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**), 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 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, Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU,
MLE).

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 ,

Posilek 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 2025-01-29

Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)

Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(40g) 60 g (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 (2 kromki)(80g) 80 g (GLU.), Polędwica drobiowa (70g) 70 g (SOJ. GOR. SO2.), Seler blanszowany(50g) 50 g (SEL.), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU. MLE.).

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 2025-01-29 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 2025-01-29 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(40g) 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 2025-01-29 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 2025-01-29			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>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Cebula duszona (20g) 20 g , Salata lodowa z marchewką i sosem vinegret (40g) 40 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: 2453.31 kcal; Białko ogółem: 112.57 g ; : 69.71 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.9 g; Wapń: 671.7 mg; Żelazo: 11.71 mg; Witamina A : 1439.74 ug; Sód: 2875.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.32 g; Sacharoza: 21.48 g; Cholesterol: 246.8 mg;

środa 2025-01-29			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>), Salata 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: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30 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>), 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>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ziemniaki (220g) 220 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>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 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 w sosie własnym (50g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2723.49 kcal; Białko ogółem: 151.02 g; : 113.84 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Wapń: 1032.4 mg; Żelazo: 14.58 mg; Witamina A : 1366.83 ug; Sód: 2530.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 42.01 g; Sacharoza: 21.84 g; Cholesterol: 601.02 mg;

czwartek 2025-01-30 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>), 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>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁</u>), Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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, MLE₁, SEL₁</u>), Szyńka 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: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2643.92 kcal; Białko ogółem: 135.52 g; : 106.89 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 376.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; Wapń: 1162.63 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A : 5119.11 ug; Sód: 2523.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.93 g; Sacharoza: 28.24 g; Cholesterol: 404.75 mg;

czwartek 2025-01-30 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>), 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>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ₁, MLE₁, SEL₁</u>), Szyńka 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: Skyr naturalny (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2701.82 kcal; Białko ogółem: 157.32 g; : 113.72 g; Tłuszcz: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 407.49 g; Błonnik pokarmowy: 48.59 g; Wapń: 1697.13 mg; Żelazo: 15.32 mg; Witamina A : 5137.81 ug; Sód: 2730.15 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.13 g; Sacharoza: 20.96 g; Cholesterol: 399.95 mg;

czwartek 2025-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)
--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt) 250 g (<u>GLU₁, JAJ₁, MLE₁</u>), Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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, 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>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SO2₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2487.85 kcal; Białko ogółem: 141.18 g ; : 116.77 g; Tłuszcz: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 393.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Wapń: 980.74 mg; Żelazo: 10.58 mg; Witamina A : 4230.42 ug; Sód: 2585.2 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 17.62 g; Sacharoza: 48.35 g; Cholesterol: 186.02 mg;

czwartek 2025-01-30 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, SEL₁</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU₁, 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, 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>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SO2₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3077.38 kcal; Białko ogółem: 150.71 g ; : 114.6 g; Tłuszcz: 86.77 g; Węglowodany ogółem: 456.19 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g; Wapń: 1493.11 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A : 5103.61 ug; Sód: 2612.64 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 42.27 g; Sacharoza: 29.97 g; Cholesterol: 435.38 mg;

czwartek 2025-01-30 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>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁, JAJ₁, SOJ₁, MLE₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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, 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>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁, GOR₁, SO2₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2844.37 kcal; Białko ogółem: 140.16 g ; : 106.89 g; Tłuszcz: 78.63 g; Węglowodany ogółem: 423.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Wapń: 1176.63 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A : 4706.61 ug; Sód: 2511.68 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 37.92 g; Sacharoza: 29.23 g; Cholesterol: 404.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-01-30 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>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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 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>), Polędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2697.21 kcal; Białko ogółem: 137.03 g ; : 105.13 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 394.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; Wapń: 1068.56 mg; Żelazo: 12.33 mg; Witamina A : 5074.29 ug; Sód: 2111.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.13 g; Sacharoza: 29.09 g; Cholesterol: 377.18 mg;

czwartek 2025-01-30 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>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ziemniaki (220g) , 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>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) 30 g (<u>GLU₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u> , <u>ORZ₁</u> , <u>SEL₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>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 w sosie własnym (50g) 50 g (<u>RYB₁</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 141.74 g ; : 112.71 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 262.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; Wapń: 940.18 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A : 1318.29 ug; Sód: 2065.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.26 g; Sacharoza: 19.59 g; Cholesterol: 572.93 mg;

czwartek 2025-01-30 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>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>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SOJ₁</u> , <u>MLE₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki na winno z pietruszką zieloną(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>SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Skyr naturalny (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2630.61 kcal; Białko ogółem: 156.08 g ; : 111.96 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 396.11 g; Błonnik pokarmowy: 50.48 g; Wapń: 1603.56 mg; Żelazo: 16.02 mg; Witamina A : 5089.99 ug; Sód: 2525.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.45 g; Sacharoza: 21.11 g; Cholesterol: 372.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-31 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 barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Krokiety z kapustą i pieczarkami (2 sztuki) 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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 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: 2572.26 kcal; Białko ogółem: 93.17 g ; : 49.65 g; Tłuszcz: 99.75 g; Węglowodany ogółem: 359.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; Wapń: 1000.31 mg; Żelazo: 13.97 mg; Witamina A : 1535.88 ug; Sód: 3118.1 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.96 g; Sacharoza: 23 g; Cholesterol: 311.24 mg;

piątek 2025-01-31 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 barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</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: 2146.08 kcal; Białko ogółem: 107.81 g ; : 67.92 g; Tłuszcz: 59.2 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Wapń: 799.77 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A : 2247.77 ug; Sód: 2282.23 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.09 g; Sacharoza: 26.66 g; Cholesterol: 281.44 mg;

piątek 2025-01-31 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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) 50 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</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: 2149.18 kcal; Białko ogółem: 116.2 g ; : 75.3 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; Błonnik pokarmowy: 46.82 g; Wapń: 841.03 mg; Żelazo: 15.92 mg; Witamina A : 2681.81 ug; Sód: 2408.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.52 g; Sacharoza: 27.84 g; Cholesterol: 314.17 mg;

piątek 2025-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
--	--	--

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 barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, 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 , Salátka z selera z jabłkiem blanszowana (150g) 150 g (<u>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>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g (<u>SEL,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>), Salata 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: 2030.22 kcal; Białko ogółem: 105.97 g ; : 58.08 g; Tłuszcz: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Wapń: 808.97 mg; Żelazo: 11.92 mg; Witamina A : 1796.57 ug; Sód: 2128.98 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 10.53 g; Sacharoza: 30.43 g; Cholesterol: 181.24 mg;

piątek 2025-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny z miruny (70g) 70 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</u>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (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>), 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>),
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: 2584.66 kcal; Białko ogółem: 120.1 g ; : 76.75 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.77 g; Wapń: 1113.42 mg; Żelazo: 12.88 mg; Witamina A : 2333.39 ug; Sód: 2583.59 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 31.4 g; Sacharoza: 40.27 g; Cholesterol: 331.27 mg;

piątek 2025-01-31 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU, 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>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) 50 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,	Zupa wiejska z makaronem bez konc.pomid.z pietruszką nać (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 pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka 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, SOJ, SEL, GOR,</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 2. x 60 g (<u>SEL,</u>), Salata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ, ORZ,</u>),	Posiłek nocny: Mus z jabłka (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2281.07 kcal; Białko ogółem: 118.07 g ; : 78.26 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 348.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.1 g; Wapń: 812.31 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A : 5547.41 ug; Sód: 2471 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 26.52 g; Sacharoza: 22.9 g; Cholesterol: 339.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-01-31 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 barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, 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 ,	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, SOJ, SEL, 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: 1989.74 kcal; Białko ogółem: 104.11 g ; : 66.84 g; Tłuszcz: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 292.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; Wapń: 717.95 mg; Żelazo: 11.56 mg; Witamina A : 2204.93 ug; Sód: 2265.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.66 g; Sacharoza: 28.43 g; Cholesterol: 256.6 mg;

piątek 2025-01-31 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 barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), Krokiety z kapustą i pieczarkami (2 sztuki) 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), 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, 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>), 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: 2415.92 kcal; Białko ogółem: 89.47 g ; : 48.57 g; Tłuszcz: 96.3 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Wapń: 918.49 mg; Żelazo: 13.55 mg; Witamina A : 1493.04 ug; Sód: 3101.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.53 g; Sacharoza: 24.77 g; Cholesterol: 286.4 mg;

piątek 2025-01-31 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>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE</u>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) 50 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, 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 ,	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 (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>), 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>), 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: 2099.34 kcal; Białko ogółem: 115.45 g ; : 74.22 g; Tłuszcz: 54.41 g; Węglowodany ogółem: 330.93 g; Błonnik pokarmowy: 50.27 g; Wapń: 771.71 mg; Żelazo: 16.65 mg; Witamina A : 2638.97 ug; Sód: 2619.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.24 g; Sacharoza: 30.41 g; Cholesterol: 289.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (JAJ₁), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (JAJ₁, MLE₁),	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU₁, JAJ₁, SEL₁), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (GLU₁), 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 (GLU₁, MLE₁), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (GLU₁), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁, JAJ₁, SOJ₁), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE₁), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (GLU₁, SOJ₁, SEL₁, GOR₁), Mozzarella (30g) 30 g (MLE₁), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ₁, MLE₁, SEL₁), 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 (GLU₁, JAJ₁, MLE₁),

Wartości odżywcze: Energia: 2854.02 kcal; Białko ogółem: 128.71 g ; : 86.51 g; Tłuszcz: 119.56 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; Wapń: 949.01 mg; Żelazo: 16.35 mg; Witamina A : 3017.85 ug; Sód: 3283.42 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.33 g; Sacharoza: 42.32 g; Cholesterol: 591.36 mg;

sobota 2025-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ₁), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU₁, JAJ₁, SEL₁), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (GLU₁, SEL₁), Ryż (180g) 180 g (GLU₁), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (GLU₁, SOJ₁, MLE₁, SEL₁), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU₁, MLE₁), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (GLU₁), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE₁), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ₁), Mozzarella (30g) 30 g (MLE₁), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (GLU₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ₁, MLE₁, SEL₁), 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 (GLU₁, JAJ₁, MLE₁),

Wartości odżywcze: Energia: 2787.34 kcal; Białko ogółem: 122.91 g ; : 79.07 g; Tłuszcz: 108.27 g; Węglowodany ogółem: 354.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; Wapń: 1009.89 mg; Żelazo: 14.37 mg; Witamina A : 3002.75 ug; Sód: 2630.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.59 g; Sacharoza: 41.84 g; Cholesterol: 580.18 mg;

sobota 2025-02-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (MLE₁), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (GLU₁), Masło ekstra (10g) 10 g (MLE₁), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (JAJ₁), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (GLU₁, JAJ₁, SEL₁), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (GLU₁, SEL₁), Ryż (180g) 180 g (GLU₁), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (GLU₁, SOJ₁, MLE₁, SEL₁), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (GLU₁, MLE₁), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (GLU₁, JAJ₁, SOJ₁), Masło ekstra (15g) 15 g (MLE₁), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (SOJ₁), Mozzarella (30g) 30 g (MLE₁), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (GLU₁, JAJ₁, SOJ₁), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (SOJ₁, MLE₁, SEL₁), 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: 2685.76 kcal; Białko ogółem: 141.73 g ; : 101.75 g; Tłuszcz: 110.1 g; Węglowodany ogółem: 317.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Wapń: 1114.19 mg; Żelazo: 16.1 mg; Witamina A : 2947.39 ug; Sód: 3317.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.99 g; Sacharoza: 25.06 g; Cholesterol: 598.66 mg;

sobota 2025-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU, 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, 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, MLE, 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: 2158.71 kcal; Białko ogółem: 136.32 g ; : 94.66 g; Tłuszcz: 42.47 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; Wapń: 722.79 mg; Żelazo: 12.32 mg; Witamina A : 2618.11 ug; Sód: 1925.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.57 g; Sacharoza: 34.07 g; Cholesterol: 328.04 mg;

sobota 2025-02-01 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, MLE</u>),	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, 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, SEL</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL</u>),	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>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Mieszkanka 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, MLE, SEL</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 150 g (<u>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3135.65 kcal; Białko ogółem: 140.19 g ; : 91.6 g; Tłuszcz: 121.34 g; Węglowodany ogółem: 394.3 g; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; Wapń: 1311.71 mg; Żelazo: 16 mg; Witamina A : 3031.86 ug; Sód: 2935.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.62 g; Sacharoza: 36.87 g; Cholesterol: 623.25 mg;

sobota 2025-02-01 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, MLE</u>),	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, 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, SEL</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU, SOJ, MLE, 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>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , Mieszkanka 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, MLE, 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, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</u>),	Posiłek nocny: Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2552.54 kcal; Białko ogółem: 152.24 g ; : 109.75 g; Tłuszcz: 80.21 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Wapń: 1015.39 mg; Żelazo: 13.2 mg; Witamina A : 2930.21 ug; Sód: 2102.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.54 g; Sacharoza: 23.35 g; Cholesterol: 614.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-02-01 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>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), 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</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: 2628.9 kcal; Białko ogółem: 118.88 g ; : 77.99 g; Tłuszcz: 104.13 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; Wapń: 923.87 mg; Żelazo: 13.14 mg; Witamina A : 2959.91 ug; Sód: 2419.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.97 g; Sacharoza: 43.34 g; Cholesterol: 555.34 mg;

sobota 2025-02-01 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>), 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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (<u>GLU</u>), Surówka z jarzyn z jabłkiem i jogurtem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g , 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: 2695.58 kcal; Białko ogółem: 124.68 g ; : 85.43 g; Tłuszcz: 115.42 g; Węglowodany ogółem: 317.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; Wapń: 862.99 mg; Żelazo: 15.12 mg; Witamina A : 2975.01 ug; Sód: 3072.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.71 g; Sacharoza: 43.82 g; Cholesterol: 566.52 mg;

sobota 2025-02-01 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</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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Salata 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>SOJ</u>), Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2579.26 kcal; Białko ogółem: 123.09 g ; : 79.99 g; Tłuszcz: 101.8 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; Błonnik pokarmowy: 42.79 g; Wapń: 894.64 mg; Żelazo: 17.07 mg; Witamina A : 2896.95 ug; Sód: 2948.43 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.27 g; Sacharoza: 28.16 g; Cholesterol: 554.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-02-02 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 szpinakowa z ziemniakami(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) 70 g (<u>GLU</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>), Twaróg półtłusty (50g) 50 g (<u>MLE</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek homogenizowany owocowy (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2600.87 kcal; Białko ogółem: 116.83 g ; 78.42 g; Tłuszcz: 97.67 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; Wapń: 893.22 mg; Żelazo: 14.06 mg; Witamina A : 2585.11 ug; Sód: 2160.67 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.38 g; Sacharoza: 33.49 g; Cholesterol: 287.04 mg;

niedziela 2025-02-02 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 szpinakowa z ziemniakami(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 homogenizowany owocowy (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2295.27 kcal; Białko ogółem: 122.48 g ; 83.8 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 326.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g; Wapń: 812.14 mg; Żelazo: 14.25 mg; Witamina A : 2439.21 ug; Sód: 1861.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.36 g; Sacharoza: 31.09 g; Cholesterol: 290.84 mg;

niedziela 2025-02-02 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , <u>SO2</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami(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: 2039.77 kcal; Białko ogółem: 105.02 g ; 67.72 g; Tłuszcz: 58.12 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Wapń: 969.14 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A : 2383.21 ug; Sód: 1899.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.08 g; Sacharoza: 9.91 g; Cholesterol: 279.44 mg;

niedziela 2025-02-02 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 szpinakowa z ziemniakami(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) 50 g	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia: 1934.37 kcal; Białko ogółem: 110.4 g ; 71.87 g; Tłuszcz: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Wapń: 914.64 mg; Żelazo: 14.15 mg; Witamina A : 2169.81 ug; Sód: 1888.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.2 g; Sacharoza: 9.19 g; Cholesterol: 207.34 mg;

niedziela 2025-02-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <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 polędwicy drobiowej z zielonym koperkiem (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>),	Zupa szpinakowa z ziemniakami(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) 170 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</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>),
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: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Serek homogenizowany owocowy (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2594.66 kcal; Białko ogółem: 132.72 g ; 92.63 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Wapń: 1191.71 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A : 4849.35 ug; Sód: 2291.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.82 g; Sacharoza: 37.23 g; Cholesterol: 340.67 mg;

niedziela 2025-02-02 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <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>SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami(400ml) 400 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU₁</u> , <u>SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z marchewki blanszowana(150g) 150 g ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU₁</u> , <u>MLE₁</u>), Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) 170 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u> , <u>SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką (50g) 30 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Biszkopty (20g) 20 g (<u>GLU₁</u> , <u>JAJ₁</u>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2148.58 kcal; Białko ogółem: 107.02 g ; 71.24 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 314.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; Wapń: 1041.35 mg; Żelazo: 11.8 mg; Witamina A : 5135.85 ug; Sód: 2107.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.46 g; Sacharoza: 22.64 g; Cholesterol: 329.84 mg;

niedziela 2025-02-02 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>), Polędwica drobiowa (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u> , <u>GOR₁</u> , <u>SO2₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami(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 , Salátka 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: Serek homogenizowany owocowy (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2140.13 kcal; Białko ogółem: 119.38 g ; 82.72 g; Tłuszcz: 59.85 g; Węglowodany ogółem: 296.39 g; Błonnik pokarmowy: 21 g; Wapń: 732.42 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A : 2396.37 ug; Sód: 1843.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.93 g; Sacharoza: 32.83 g; Cholesterol: 266 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-02		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>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami(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 półtłusty (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek homogenizowany owocowy (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2445.73 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; : 77.34 g; Tłuszcz: 94.4 g; Węglowodany ogółem: 316.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; Wapń: 813.5 mg; Żelazo: 13.67 mg; Witamina A : 2542.27 ug; Sód: 2143.16 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.95 g; Sacharoza: 35.23 g; Cholesterol: 262.2 mg;

niedziela 2025-02-02		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>), 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 szpinakowa z ziemniakami(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 ,	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: 1991.13 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; : 66.64 g; Tłuszcz: 55.7 g; Węglowodany ogółem: 297.3 g; Błonnik pokarmowy: 36.87 g; Wapń: 901.92 mg; Żelazo: 17.08 mg; Witamina A : 2340.37 ug; Sód: 2110.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.8 g; Sacharoza: 12.45 g; Cholesterol: 254.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03 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>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , 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 ,	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 2025-02-03 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>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 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: 2426.35 kcal; Białko ogółem: 119.04 g ; : 91.9 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; Wapń: 698.6 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A : 1548.81 ug; Sód: 2934.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.76 g; Sacharoza: 26.32 g; Cholesterol: 235.34 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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>), Skyr naturalny (350g) 350 g (<u>MLE₁</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: 2374.23 kcal; Białko ogółem: 137.91 g ; : 98.73 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Wapń: 1234.05 mg; Żelazo: 13.62 mg; Witamina A : 1565.96 ug; Sód: 3347.57 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.79 g; Sacharoza: 20.79 g; Cholesterol: 230.54 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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>), Skyr owocowy (350g) 350 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: 2219.77 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; : 91.68 g; Tłuszcz: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 363.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; Wapń: 718.89 mg; Żelazo: 9.49 mg; Witamina A : 3679.17 ug; Sód: 3017.62 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 16.38 g; Sacharoza: 29.72 g; Cholesterol: 160.94 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE</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>), Szyńka 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: 2807.48 kcal; Białko ogółem: 128.65 g; : 100.09 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 426.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Wapń: 1007.04 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A : 1608.99 ug; Sód: 3227.34 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 37.52 g; Sacharoza: 43.77 g; Cholesterol: 267.17 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE</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>), 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: 2537.48 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; : 95.95 g; Tłuszcz: 66.51 g; Węglowodany ogółem: 392.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g; Wapń: 846.14 mg; Żelazo: 9.96 mg; Witamina A : 3934.87 ug; Sód: 3090.27 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 34.36 g; Sacharoza: 50.3 g; Cholesterol: 251.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-02-03 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 , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (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), Masło ekstra (5g) 5 g (MLE₁), Skyr owocowy (350g) 350 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: 2228.76 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; : 88.98 g; Tłuszcz: 61.95 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; Wapń: 519.08 mg; Żelazo: 9.53 mg; Witamina A : 1509.17 ug; Sód: 2473.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.79 g; Sacharoza: 23.87 g; Cholesterol: 212.1 mg;

poniedziałek 2025-02-03 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), Sałatka 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 2025-02-03 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 , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.z zieloną pietruszką z olejem(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (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), Skyr naturalny (350g) 350 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: 2283.14 kcal; Białko ogółem: 135.51 g; : 95.81 g; Tłuszcz: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 358.9 g; Błonnik pokarmowy: 44.37 g; Wapń: 1067.03 mg; Żelazo: 14.36 mg; Witamina A : 1526.32 ug; Sód: 3114.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.97 g; Sacharoza: 19.14 g; Cholesterol: 207.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE_i</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE_i</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ_i</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL_i</u>), Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ_i</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_i</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_i</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE_i</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL_i</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE_i</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_i</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE_i</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 2025-02-04			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)(VI-X) 50 g ,		Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SEL</u>,), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>,), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU</u>,), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>,), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,),	
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 2025-02-04			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 pieca{roladka}(70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>),	
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 2025-02-04			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g (<u>JAJ</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,		Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>), Ryba miruna z pieca[roladka](70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>ORZ</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na 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 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>GLU</u>), Połędwica drobiowa (30g) 30 g (<u>SOJ, GOR, 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;

wtorek 2025-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
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) pieczone 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 2025-02-04 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
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>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj 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, SEL</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , 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 ,	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>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/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 , 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 2025-02-04 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>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), Ryba miruna z pieca(roladka)(70g) 70 g , 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 ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , 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, 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, MLE</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU, JAJ, MLE</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 2025-02-04 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 , Salátka 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 2025-02-04 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 , Salátka 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: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym B		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-02-05 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>), Naleśniki z serem twarogowym półtustym(450g-3szt.) 450 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus truskawkowy słodzony (70g) 150 ml , Surówka z marchwi i jabłka na słodko (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>), Dżem (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: 2893.09 kcal; Białko ogółem: 125.95 g ; 74.01 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 440.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; Wapń: 1139.01 mg; Żelazo: 16.33 mg; Witamina A : 3298.44 ug; Sód: 2631.31 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.03 g; Sacharoza: 39.32 g; Cholesterol: 480.42 mg;

środa 2025-02-05 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>), Kasza jęczmienna (180g) 180 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>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2326.45 kcal; Białko ogółem: 97.57 g ; 56.39 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 348.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.4 g; Wapń: 967.66 mg; Żelazo: 11.38 mg; Witamina A : 1874.3 ug; Sód: 2756.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.28 g; Sacharoza: 37.02 g; Cholesterol: 271.17 mg;

środa 2025-02-05 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>), Kasza jęczmienna (180g) 180 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>), 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: 2321.21 kcal; Białko ogółem: 102.27 g ; 59.12 g; Tłuszcz: 67.76 g; Węglowodany ogółem: 360.02 g; Błonnik pokarmowy: 46.84 g; Wapń: 976.77 mg; Żelazo: 15.15 mg; Witamina A : 2078.64 ug; Sód: 2887 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.56 g; Sacharoza: 24.59 g; Cholesterol: 285.12 mg;

środa 2025-02-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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>), Sałata 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>), Kasza jęczmienna (180g) 180 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>), 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: 2168.7 kcal; Białko ogółem: 107.25 g ; : 65.69 g; Tłuszcz: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 361.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Wapń: 798.72 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A : 2162.76 ug; Sód: 2963.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 15.02 g; Sacharoza: 40.74 g; Cholesterol: 269.04 mg;

środa 2025-02-05 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>), Pasta z szynki z indyka z zieloną pietruszką (50g) 50 g (<u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>),	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>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Mus z kiwi gotowanego (80g) 80 g ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2480.83 kcal; Białko ogółem: 104.71 g ; : 64.1 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Wapń: 1265.3 mg; Żelazo: 11.6 mg; Witamina A : 1798.24 ug; Sód: 2838.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.32 g; Sacharoza: 38.14 g; Cholesterol: 301.8 mg;

środa 2025-02-05 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>), Sałata 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Powidła z jabłka z cynamonem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2436.81 kcal; Białko ogółem: 98.52 g ; : 59.76 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 370.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; Wapń: 1135.01 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A : 2639.32 ug; Sód: 2963.64 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.06 g; Sacharoza: 51.33 g; Cholesterol: 284.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-02-05		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>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, SEL, 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, 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>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g , Salatka 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>), Salatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU, SOJ, SEL, 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>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2139.04 kcal; Białko ogółem: 92.21 g ; : 54.63 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; Wapń: 848.19 mg; Żelazo: 10.04 mg; Witamina A : 1826.48 ug; Sód: 2730.38 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 27.06 g; Sacharoza: 38.55 g; Cholesterol: 243.6 mg;

środa 2025-02-05		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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), Naleśniki z serem twarogowym półtłustym(450g-3szt.) 450 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Mus truskawkowy słodzony (70g) 150 ml , Surówka z marchwi i jabłka na słodko (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>), Salatka 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>), Dżem (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: 2768.1 kcal; Białko ogółem: 121.33 g ; : 72.97 g; Tłuszcz: 82.09 g; Węglowodany ogółem: 412.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.5 g; Wapń: 1046.89 mg; Żelazo: 15.02 mg; Witamina A : 3296.3 ug; Sód: 2614.55 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 34.01 g; Sacharoza: 40.85 g; Cholesterol: 467.98 mg;

środa 2025-02-05		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>), Salata 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>), Kasza jęczmienna (180g) 180 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, JAJ, SOJ</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>), Salatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u>), Polędwica sopočka (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: 2240.3 kcal; Białko ogółem: 99.86 g ; : 57.36 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 357.03 g; Błonnik pokarmowy: 48.96 g; Wapń: 869.8 mg; Żelazo: 14.96 mg; Witamina A : 2030.82 ug; Sód: 3089.36 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 26.49 g; Sacharoza: 26.92 g; Cholesterol: 257.55 mg;