

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SOJ₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2660.47 kcal; Białko ogółem: 107.12 g ; : 68.42 g; Tłuszcz: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.1 g; Wapń: 887.18 mg; Żelazo: 15.96 mg; Witamina A : 1371.99 ug; Sód: 4683.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.63 g; Sacharoza: 28.38 g; Cholesterol: 488.44 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiorom z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2408.08 kcal; Białko ogółem: 109.95 g ; : 70.23 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Wapń: 1039.83 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 2504.67 ug; Sód: 2158.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.39 g; Sacharoza: 30.08 g; Cholesterol: 427.06 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiorom z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2421.98 kcal; Białko ogółem: 126.3 g ; : 87.06 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.65 g; Wapń: 969.83 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A : 2506.37 ug; Sód: 2697.6 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.5 g; Sacharoza: 25.45 g; Cholesterol: 464.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ₊</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>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ, ORZ₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2015.2 kcal; Białko ogółem: 106.94 g ; : 66.42 g; Tłuszcz: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 330.9 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Wapń: 971.39 mg; Żelazo: 12.82 mg; Witamina A : 2110.51 ug; Sód: 2027.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.26 g; Sacharoza: 26.2 g; Cholesterol: 163.56 mg;

czwartek 2025-03-20 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiolem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₊</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>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2921.98 kcal; Białko ogółem: 124.52 g ; : 78.56 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 447.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Wapń: 1374.85 mg; Żelazo: 15.78 mg; Witamina A : 2563.78 ug; Sód: 2430.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.4 g; Sacharoza: 65.52 g; Cholesterol: 459.13 mg;

czwartek 2025-03-20 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</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>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2523.82 kcal; Białko ogółem: 114.38 g ; : 73.47 g; Tłuszcz: 75.92 g; Węglowodany ogółem: 367.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Wapń: 1118.08 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A : 2472.52 ug; Sód: 2201.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.95 g; Sacharoza: 41.59 g; Cholesterol: 432.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiejem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 104.6 g ; : 67.31 g ; Tłuszcz: 66.24 g ; Węglowodany ogółem: 321.7 g ; Błonnik pokarmowy: 26.67 g ; Wapń: 860.31 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A : 2465.03 ug; Sód: 1696.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.42 g; Sacharoza: 27.63 g; Cholesterol: 403.82 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2415.48 kcal; Białko ogółem: 100.74 g ; : 65.5 g ; Tłuszcz: 98.06 g ; Węglowodany ogółem: 313.71 g ; Błonnik pokarmowy: 33.37 g ; Wapń: 710.1 mg; Żelazo: 15.06 mg; Witamina A : 1349.19 ug; Sód: 4218.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.7 g; Sacharoza: 25.06 g; Cholesterol: 465.2 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiejem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2249.49 kcal; Białko ogółem: 107.94 g ; : 68.18 g ; Tłuszcz: 66.99 g ; Węglowodany ogółem: 338.86 g ; Błonnik pokarmowy: 42.54 g ; Wapń: 948.81 mg; Żelazo: 17.09 mg; Witamina A : 2451.53 ug; Sód: 1817.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.3 g; Sacharoza: 25.6 g; Cholesterol: 425.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SOJ₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2660.47 kcal; Białko ogółem: 107.12 g ; : 68.42 g; Tłuszcz: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.1 g; Wapń: 887.18 mg; Żelazo: 15.96 mg; Witamina A : 1371.99 ug; Sód: 4683.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.63 g; Sacharoza: 28.38 g; Cholesterol: 488.44 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiorom z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2408.08 kcal; Białko ogółem: 109.95 g ; : 70.23 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Wapń: 1039.83 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 2504.67 ug; Sód: 2158.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.39 g; Sacharoza: 30.08 g; Cholesterol: 427.06 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiorom z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2421.98 kcal; Białko ogółem: 126.3 g ; : 87.06 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.65 g; Wapń: 969.83 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A : 2506.37 ug; Sód: 2697.6 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.5 g; Sacharoza: 25.45 g; Cholesterol: 464.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ₊</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>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ, ORZ₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2015.2 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; : 66.42 g; Tłuszcz: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 330.9 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Wapń: 971.39 mg; Żelazo: 12.82 mg; Witamina A : 2110.51 ug; Sód: 2027.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.26 g; Sacharoza: 26.2 g; Cholesterol: 163.56 mg;

czwartek 2025-03-20 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiozem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₊</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>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2921.98 kcal; Białko ogółem: 124.52 g; : 78.56 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 447.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Wapń: 1374.85 mg; Żelazo: 15.78 mg; Witamina A : 2563.78 ug; Sód: 2430.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.4 g; Sacharoza: 65.52 g; Cholesterol: 459.13 mg;

czwartek 2025-03-20 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany(65g) 65 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₊</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</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>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2523.82 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; : 73.47 g; Tłuszcz: 75.92 g; Węglowodany ogółem: 367.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Wapń: 1118.08 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A : 2472.52 ug; Sód: 2201.5 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.95 g; Sacharoza: 41.59 g; Cholesterol: 432.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiejem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) 70 g (<u>SEL₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 104.6 g; : 67.31 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 321.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Wapń: 860.31 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A : 2465.03 ug; Sód: 1696.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.42 g; Sacharoza: 27.63 g; Cholesterol: 403.82 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Stek wieprzowy z łopatki(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Ketchup(1szt.-20g) 20 g , Oliwki (5szt. ok 20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2415.48 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; : 65.5 g; Tłuszcz: 98.06 g; Węglowodany ogółem: 313.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; Wapń: 710.1 mg; Żelazo: 15.06 mg; Witamina A : 1349.19 ug; Sód: 4218.06 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.7 g; Sacharoza: 25.06 g; Cholesterol: 465.2 mg;

czwartek 2025-03-20 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa ryżowa z kalafiejem z zieloną pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Schab gotowany(65g) 65 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2249.49 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; : 68.18 g; Tłuszcz: 66.99 g; Węglowodany ogółem: 338.86 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; Wapń: 948.81 mg; Żelazo: 17.09 mg; Witamina A : 2451.53 ug; Sód: 1817.94 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.3 g; Sacharoza: 25.6 g; Cholesterol: 425.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2208.67 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; : 59.3 g; Tłuszcz: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 378.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.1 g; Wapń: 792.17 mg; Żelazo: 12.2 mg; Witamina A : 5147.76 ug; Sód: 2146.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.85 g; Sacharoza: 23.3 g; Cholesterol: 251.89 mg;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 3043 kcal; Białko ogółem: 137.37 g; : 79.04 g; Tłuszcz: 99.75 g; Węglowodany ogółem: 430.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; Wapń: 1413.85 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 3793.88 ug; Sód: 1816.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.34 g; Sacharoza: 23.34 g; Cholesterol: 436.87 mg;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z polędwicy sopockiej z koperkiem (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Budyń bez cukru(150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mus z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2639.45 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; : 69.97 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węglowodany ogółem: 383.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; Wapń: 938.7 mg; Żelazo: 12.02 mg; Witamina A : 5189.82 ug; Sód: 2223.73 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.5 g; Sacharoza: 29.02 g; Cholesterol: 384.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-21 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2553.28 kcal; Białko ogółem: 120.76 g ; : 68.33 g; Tłuszcz: 85.66 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.03 g; Wapń: 959.39 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A : 3806.5 ug; Sód: 1520.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.47 g; Sacharoza: 24.06 g; Cholesterol: 377.8 mg;

piątek 2025-03-21 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Schab w cieście bez mleka(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Ogonówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Grejpfrut (1/6 sztuki-60g) 60 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) 80 g (<u>GLU PSZ, MLE, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</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: 2476.27 kcal; Białko ogółem: 105.11 g ; : 57.67 g; Tłuszcz: 105.87 g; Węglowodany ogółem: 307.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Wapń: 746.52 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A : 2243.24 ug; Sód: 2187.37 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.04 g; Sacharoza: 14.9 g; Cholesterol: 270.2 mg;

piątek 2025-03-21 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 z dyni i jabłka z cynamonem b/cukru(150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2535.53 kcal; Białko ogółem: 122 g ; : 67.85 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węglowodany ogółem: 370.43 g; Błonnik pokarmowy: 50.05 g; Wapń: 992.34 mg; Żelazo: 16.49 mg; Witamina A : 3774.5 ug; Sód: 1746.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.61 g; Sacharoza: 19.09 g; Cholesterol: 375.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2208.67 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; : 59.3 g; Tłuszcz: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 378.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.1 g; Wapń: 792.17 mg; Żelazo: 12.2 mg; Witamina A : 5147.76 ug; Sód: 2146.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.85 g; Sacharoza: 23.3 g; Cholesterol: 251.89 mg;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 3043 kcal; Białko ogółem: 137.37 g; : 79.04 g; Tłuszcz: 99.75 g; Węglowodany ogółem: 430.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; Wapń: 1413.85 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A : 3793.88 ug; Sód: 1816.34 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 45.34 g; Sacharoza: 23.34 g; Cholesterol: 436.87 mg;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.pietruszką (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Risotto ze schabem(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z polędwicy sopockiej z koperkiem (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Budyń bez cukru(150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Mus z dyni i jabłka z cynamonem (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2639.45 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; : 69.97 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węglowodany ogółem: 383.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; Wapń: 938.7 mg; Żelazo: 12.02 mg; Witamina A : 5189.82 ug; Sód: 2223.73 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.5 g; Sacharoza: 29.02 g; Cholesterol: 384.64 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos piecarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 2025-03-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,		Zupa peyzanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2851.44 kcal; Białko ogółem: 103.57 g ; 61.18 g; Tłuszcz: 106.98 g; Węglowodany ogółem: 391.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; Wapń: 792.32 mg; Żelazo: 18.13 mg; Witamina A : 2796.83 ug; Sód: 2527.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 49.15 g; Sacharoza: 50.37 g; Cholesterol: 551.54 mg;

sobota 2025-03-22			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE.</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL.</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,		Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE.</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE.</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ.</u>), Ser żółty(30g) 30 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE.</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ.</u>), Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE.</u>), Kanapka z pastą mięsno-jarzykową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2487.7 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; : 71.75 g; Tłuszcz: 88.31 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Wapń: 1075.53 mg; Żelazo: 21.06 mg; Witamina A : 2766.37 ug; Sód: 2743.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.86 g; Sacharoza: 29.89 g; Cholesterol: 529.89 mg;

sobota 2025-03-22	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.koperkiem (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 2. x 60 g , Salátka zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ, 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 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Ser żółty(30g) 30 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3061.88 kcal; Białko ogółem: 113.17 g ; : 69.03 g; Tłuszcz: 115.14 g; Węglowodany ogółem: 419.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.4 g; Wapń: 1130.28 mg; Żelazo: 18.75 mg; Witamina A : 2793.21 ug; Sód: 2667.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 53.52 g; Sacharoza: 51.88 g; Cholesterol: 582.41 mg;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Salátka zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE,</u>),	Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>), Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2583.39 kcal; Białko ogółem: 98.5 g ; : 64.09 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 374.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.3 g; Wapń: 913.26 mg; Żelazo: 16.64 mg; Witamina A : 2407.66 ug; Sód: 2176.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.66 g; Sacharoza: 72.32 g; Cholesterol: 516.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2676.2 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; : 58.66 g; Tłuszcz: 102.78 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; Wapń: 661.6 mg; Żelazo: 17.71 mg; Witamina A : 2749.19 ug; Sód: 2491.22 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 47.09 g; Sacharoza: 51.81 g; Cholesterol: 524.3 mg;

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet wieprzowy z łopatką(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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. nasy.: 48.78 g; Sacharoza: 50.7 g; Cholesterol: 668.8 mg;

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2439.06 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; : 70.67 g; Tłuszcz: 85.89 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Wapń: 1008.31 mg; Żelazo: 21.82 mg; Witamina A : 2723.53 ug; Sód: 2954.4 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 39.58 g; Sacharoza: 32.43 g; Cholesterol: 505.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g (<u>MLE,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Udo z kurczaka pieczone w jarzynach z cebulą(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Ser żółty(30g) 30 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2851.44 kcal; Białko ogółem: 103.57 g ; 61.18 g; Tłuszcz: 106.98 g; Węglowodany ogółem: 391.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; Wapń: 792.32 mg; Żelazo: 18.13 mg; Witamina A : 2796.83 ug; Sód: 2527.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 49.15 g; Sacharoza: 50.37 g; Cholesterol: 551.54 mg;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Ser żółty(30g) 30 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2487.7 kcal; Białko ogółem: 109.74 g ; 71.75 g; Tłuszcz: 88.31 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Wapń: 1075.53 mg; Żelazo: 21.06 mg; Witamina A : 2766.37 ug; Sód: 2743.41 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40.86 g; Sacharoza: 29.89 g; Cholesterol: 529.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.koperkiem (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków z ananase (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g 2. x 60 g , Salátka zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) 80 g (<u>JAJ₊</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ, 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 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków z ananase (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Ser żółty(30g) 30 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₊</u>),	Podwieczorek: Banan (1/2 szt.-100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Bułka drożdżowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3061.88 kcal; Białko ogółem: 113.17 g ; : 69.03 g ; Tłuszcz: 115.14 g ; Węglowodany ogółem: 419.83 g ; Błonnik pokarmowy: 30.4 g ; Wapń: 1130.28 mg; Żelazo: 18.75 mg; Witamina A : 2793.21 ug; Sód: 2667.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 53.52 g ; Sacharoza: 51.88 g ; Cholesterol: 582.41 mg;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos majerankowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków z ananase (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Salátka zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₊</u>),	Podwieczorek: Kisiel z bananem słodzony (150ml) 150 ml ,	Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₊</u>), Chrupki kukurydziane(20g) 20 g (<u>OZ, ORZ₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2583.39 kcal; Białko ogółem: 98.5 g ; : 64.09 g ; Tłuszcz: 85.35 g ; Węglowodany ogółem: 374.59 g ; Błonnik pokarmowy: 23.3 g ; Wapń: 913.26 mg; Żelazo: 16.64 mg; Witamina A : 2407.66 ug; Sód: 2176.14 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.66 g ; Sacharoza: 72.32 g ; Cholesterol: 516.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2676.2 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; : 58.66 g; Tłuszcz: 102.78 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; Wapń: 661.6 mg; Żelazo: 17.71 mg; Witamina A : 2749.19 ug; Sód: 2491.22 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 47.09 g; Sacharoza: 51.81 g; Cholesterol: 524.3 mg;

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i kapustą i kukurydzą(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet wieprzowy z łopatką(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza gryczana (180g) 180 g , Ćwikła (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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. nasy.: 48.78 g; Sacharoza: 50.7 g; Cholesterol: 668.8 mg;

sobota 2025-03-22 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka - słupki (30g) 30 g ,	Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Połędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos pieczarkowy(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Ser żółty(30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2439.06 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; : 70.67 g; Tłuszcz: 85.89 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Wapń: 1008.31 mg; Żelazo: 21.82 mg; Witamina A : 2723.53 ug; Sód: 2954.4 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 39.58 g; Sacharoza: 32.43 g; Cholesterol: 505.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kotlet schabowy(105g) 105 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2692.41 kcal; Białko ogółem: 111.94 g ; : 58.96 g; Tłuszcz: 90.55 g; Węglowodany ogółem: 400.88 g; Błonnik pokarmowy: 45.69 g; Wapń: 762.8 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A : 3594.39 ug; Sód: 3366.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.21 g; Sacharoza: 48.43 g; Cholesterol: 257.76 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszaneczka królewska z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2394.71 kcal; Białko ogółem: 102.36 g ; : 54.98 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Wapń: 683.99 mg; Żelazo: 10.93 mg; Witamina A : 1008.63 ug; Sód: 2427.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.56 g; Sacharoza: 50.74 g; Cholesterol: 232.76 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszaneczka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2249.09 kcal; Białko ogółem: 104.49 g ; : 57.71 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 341.94 g; Błonnik pokarmowy: 45.24 g; Wapń: 668.65 mg; Żelazo: 14.05 mg; Witamina A : 1152.86 ug; Sód: 2506.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.73 g; Sacharoza: 31.53 g; Cholesterol: 239.99 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z selera z marchewką blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Polędwica sopocka (70g) 70 g , Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie tostowym(1szt.-60g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, SEL₁</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2257.44 kcal; Białko ogółem: 112.15 g ; 66.78 g; Tłuszcz: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 375.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Wapń: 953.05 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A : 1817.51 ug; Sód: 3403.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 18.07 g; Sacharoza: 38.62 g; Cholesterol: 197.64 mg;

niedziela 2025-03-23 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 (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanaka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,	Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2643.76 kcal; Białko ogółem: 110.29 g ; 62.69 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węglowodany ogółem: 396.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Wapń: 975.59 mg; Żelazo: 11.17 mg; Witamina A : 1071.45 ug; Sód: 2503.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.84 g; Sacharoza: 63.56 g; Cholesterol: 263.39 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanaka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z ziel.pietruszką(40g) 40 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2334.23 kcal; Białko ogółem: 102.52 g ; 54.98 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Wapń: 728.74 mg; Żelazo: 10.72 mg; Witamina A : 985.38 ug; Sód: 2452.05 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.4 g; Sacharoza: 44.83 g; Cholesterol: 232.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-23		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2215.72 kcal; Białko ogółem: 98.85 g ; : 53.9 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Wapń: 604.47 mg; Żelazo: 10.5 mg; Witamina A : 965.79 ug; Sód: 2003.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.99 g; Sacharoza: 50.09 g; Cholesterol: 207.92 mg;

niedziela 2025-03-23		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kotlet schabowy(105g) 105 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2513.42 kcal; Białko ogółem: 108.43 g ; : 57.88 g; Tłuszcz: 86.61 g; Węglowodany ogółem: 364.87 g; Błonnik pokarmowy: 43.38 g; Wapń: 683.28 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A : 3551.55 ug; Sód: 2942.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.64 g; Sacharoza: 47.78 g; Cholesterol: 232.92 mg;

niedziela 2025-03-23		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2176.6 kcal; Białko ogółem: 103.93 g ; : 56.63 g; Tłuszcz: 64.34 g; Węglowodany ogółem: 331.53 g; Błonnik pokarmowy: 47.13 g; Wapń: 601.63 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A : 1110.02 ug; Sód: 2310.61 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.31 g; Sacharoza: 31.68 g; Cholesterol: 215.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kotlet schabowy(105g) 105 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2692.41 kcal; Białko ogółem: 111.94 g ; : 58.96 g; Tłuszcz: 90.55 g; Węglowodany ogółem: 400.88 g; Błonnik pokarmowy: 45.69 g; Wapń: 762.8 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A : 3594.39 ug; Sód: 3366.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.21 g; Sacharoza: 48.43 g; Cholesterol: 257.76 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszananka królewska z olejem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2394.71 kcal; Białko ogółem: 102.36 g ; : 54.98 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Wapń: 683.99 mg; Żelazo: 10.93 mg; Witamina A : 1008.63 ug; Sód: 2427.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.56 g; Sacharoza: 50.74 g; Cholesterol: 232.76 mg;

niedziela 2025-03-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszananka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2249.09 kcal; Białko ogółem: 104.49 g ; : 57.71 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 341.94 g; Błonnik pokarmowy: 45.24 g; Wapń: 668.65 mg; Żelazo: 14.05 mg; Witamina A : 1152.86 ug; Sód: 2506.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.73 g; Sacharoza: 31.53 g; Cholesterol: 239.99 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Polędwica sopocka (70g) 70 g , Dżem (25g) op 25 g , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie tostowym(1szt.-60g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, SEL₊</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2257.44 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; : 66.78 g; Tłuszcz: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 375.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Wapń: 953.05 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A : 1817.51 ug; Sód: 3403.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 18.07 g; Sacharoza: 38.62 g; Cholesterol: 197.64 mg;

niedziela 2025-03-23 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2643.76 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; : 62.69 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węglowodany ogółem: 396.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Wapń: 975.59 mg; Żelazo: 11.17 mg; Witamina A : 1071.45 ug; Sód: 2503.88 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.84 g; Sacharoza: 63.56 g; Cholesterol: 263.39 mg;

niedziela 2025-03-23 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy z ziel.pietruszką(40g) 40 g (<u>MLE₊</u>),	Podwieczorek: Mus owocowy w tubce (100g) 100 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2334.23 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; : 54.98 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Wapń: 728.74 mg; Żelazo: 10.72 mg; Witamina A : 985.38 ug; Sód: 2452.05 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.4 g; Sacharoza: 44.83 g; Cholesterol: 232.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-23 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2215.72 kcal; Białko ogółem: 98.85 g ; : 53.9 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Wapń: 604.47 mg; Żelazo: 10.5 mg; Witamina A : 965.79 ug; Sód: 2003.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.99 g; Sacharoza: 50.09 g; Cholesterol: 207.92 mg;

niedziela 2025-03-23 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Ser żółty(60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Ogórek kiszony(50g) 50 g ,	Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kotlet schabowy(105g) 105 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) 150 g (<u>MLE₊</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Dżem (25g) op 25 g , Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z kurczaka (30g) 30 g , Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2513.42 kcal; Białko ogółem: 108.43 g ; : 57.88 g; Tłuszcz: 86.61 g; Węglowodany ogółem: 364.87 g; Błonnik pokarmowy: 43.38 g; Wapń: 683.28 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A : 3551.55 ug; Sód: 2942.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.64 g; Sacharoza: 47.78 g; Cholesterol: 232.92 mg;

niedziela 2025-03-23 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (400ml) 250 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab gotowany w sosie pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (65g/80ml) 145 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Mieszanka królewska z olejem (150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa (70g) 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (40g) 40 g (<u>MLE₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2176.6 kcal; Białko ogółem: 103.93 g ; : 56.63 g; Tłuszcz: 64.34 g; Węglowodany ogółem: 331.53 g; Błonnik pokarmowy: 47.13 g; Wapń: 601.63 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A : 1110.02 ug; Sód: 2310.61 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.31 g; Sacharoza: 31.68 g; Cholesterol: 215.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2635.22 kcal; Białko ogółem: 112.52 g ; 63.36 g; Tłuszcz: 90.49 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g; Wapń: 1148.27 mg; Żelazo: 18 mg; Witamina A : 1646.01 ug; Sód: 2588.11 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 37.19 g; Sacharoza: 25.91 g; Cholesterol: 241.06 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2371.29 kcal; Białko ogółem: 111.05 g ; 70.5 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Wapń: 963.93 mg; Żelazo: 14.9 mg; Witamina A : 1673.4 ug; Sód: 2172.28 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 32.56 g; Sacharoza: 30.26 g; Cholesterol: 492.56 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2291.69 kcal; Białko ogółem: 108.75 g ; 67.38 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Wapń: 933.43 mg; Żelazo: 17.09 mg; Witamina A : 1636.6 ug; Sód: 2151.38 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 30.92 g; Sacharoza: 29.18 g; Cholesterol: 487.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka z indyka (30g) 30 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2174.54 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; : 69.38 g; Tłuszcz: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; Wapń: 929.21 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A : 1328.3 ug; Sód: 1978.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 16.26 g; Sacharoza: 30.72 g; Cholesterol: 252.64 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopočka (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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2630.38 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; : 78.35 g; Tłuszcz: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 374.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; Wapń: 1282.94 mg; Żelazo: 15.26 mg; Witamina A : 1617.23 ug; Sód: 2267.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.66 g; Sacharoza: 51.11 g; Cholesterol: 523.43 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopočka (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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2476.82 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; : 74.69 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.6 g; Wapń: 1095.16 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A : 1649.58 ug; Sód: 2240.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.48 g; Sacharoza: 45.62 g; Cholesterol: 509.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2209.55 kcal; Białko ogółem: 106.39 g ; : 69.42 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Wapń: 871.01 mg; Żelazo: 13.58 mg; Witamina A : 1630.56 ug; Sód: 2155.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.8 g; Sacharoza: 31.79 g; Cholesterol: 467.72 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, SEL₊</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2473.48 kcal; Białko ogółem: 107.86 g ; : 62.28 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; Wapń: 1055.35 mg; Żelazo: 16.68 mg; Witamina A : 1603.17 ug; Sód: 2570.9 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.43 g; Sacharoza: 27.44 g; Cholesterol: 216.22 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2129.95 kcal; Białko ogółem: 104.09 g ; : 66.3 g; Tłuszcz: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Wapń: 840.51 mg; Żelazo: 15.77 mg; Witamina A : 1593.76 ug; Sód: 2134.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.16 g; Sacharoza: 30.71 g; Cholesterol: 462.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2635.22 kcal; Białko ogółem: 112.52 g ; 63.36 g; Tłuszcz: 90.49 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g; Wapń: 1148.27 mg; Żelazo: 18 mg; Witamina A : 1646.01 ug; Sód: 2588.11 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 37.19 g; Sacharoza: 25.91 g; Cholesterol: 241.06 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2371.29 kcal; Białko ogółem: 111.05 g ; 70.5 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Wapń: 963.93 mg; Żelazo: 14.9 mg; Witamina A : 1673.4 ug; Sód: 2172.28 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 32.56 g; Sacharoza: 30.26 g; Cholesterol: 492.56 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Buraczki oprószone (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2291.69 kcal; Białko ogółem: 108.75 g ; 67.38 g; Tłuszcz: 71.81 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Wapń: 933.43 mg; Żelazo: 17.09 mg; Witamina A : 1636.6 ug; Sód: 2151.38 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 30.92 g; Sacharoza: 29.18 g; Cholesterol: 487.76 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Kefir(200g) 200 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka z indyka (30g) 30 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2174.54 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; : 69.38 g; Tłuszcz: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; Wapń: 929.21 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A : 1328.3 ug; Sód: 1978.04 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 16.26 g; Sacharoza: 30.72 g; Cholesterol: 252.64 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2630.38 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; : 78.35 g; Tłuszcz: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 374.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; Wapń: 1282.94 mg; Żelazo: 15.26 mg; Witamina A : 1617.23 ug; Sód: 2267.62 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.66 g; Sacharoza: 51.11 g; Cholesterol: 523.43 mg;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2476.82 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; : 74.69 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.6 g; Wapń: 1095.16 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A : 1649.58 ug; Sód: 2240.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.48 g; Sacharoza: 45.62 g; Cholesterol: 509.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JECZ₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2209.55 kcal; Białko ogółem: 106.39 g ; : 69.42 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Wapń: 871.01 mg; Żelazo: 13.58 mg; Witamina A : 1630.56 ug; Sód: 2155.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.8 g; Sacharoza: 31.79 g; Cholesterol: 467.72 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</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 PSZ, SEL₊</u>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) 530 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Brukselka gotowana (80g) 80 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2473.48 kcal; Białko ogółem: 107.86 g ; : 62.28 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; Wapń: 1055.35 mg; Żelazo: 16.68 mg; Witamina A : 1603.17 ug; Sód: 2570.9 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.43 g; Sacharoza: 27.44 g; Cholesterol: 216.22 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JECZ₊</u>), Buraczki oprószane (150 g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2129.95 kcal; Białko ogółem: 104.09 g ; : 66.3 g; Tłuszcz: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Wapń: 840.51 mg; Żelazo: 15.77 mg; Witamina A : 1593.76 ug; Sód: 2134.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.16 g; Sacharoza: 30.71 g; Cholesterol: 462.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u> , Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u> , Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u> , Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ, MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u> , Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3030.88 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 133.08 g; Węglowodany ogółem: 399.28 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; Wapń: 953.25 mg; Żelazo: 16.97 mg; Witamina A : 4625.63 ug; Sód: 2946.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.06 g; Sacharoza: 34.71 g; Cholesterol: 535.54 mg;

wtorek 2025-03-25			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,		Zupa brokułowa z ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szyńka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Paszet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka (30g) 30 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2400.83 kcal; Białko ogółem: 119.54 g; ; 82.8 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Wapń: 969.34 mg; Żelazo: 13.2 mg; Witamina A : 3150.72 µg; Sód: 2662.44 mg; kw. tłuszcz. nasvc.: 32.3 g; Sacharoza: 35.35 g; Cholesterol: 374.64 mg;

wtorek 2025-03-25			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g (<u>SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,		Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Paszтет drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka (30g) 30 g ,		Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE,</u>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką na pieczywie razowym (1 szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2428.99 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; : 93.42 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Błonnik pokarmowy: 43.32 g; Wapń: 1058.9 mg; Żelazo: 16.55 mg; Witamina A : 3140.26 ug; Sód: 2829.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.58 g; Sacharoza: 27.88 g; Cholesterol: 412.74 mg;

wtorek 2025-03-25	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2341.74 kcal; Białko ogółem: 127.61 g ; : 93.83 g; Tłuszcz: 49.27 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Wapń: 860.62 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A : 1740.97 ug; Sód: 2395.43 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.13 g; Sacharoza: 57.39 g; Cholesterol: 308.59 mg;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami, talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2709.96 kcal; Białko ogółem: 130.01 g ; : 89.94 g; Tłuszcz: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 395.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Wapń: 1289.13 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A : 3204.35 ug; Sód: 2896.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.1 g; Sacharoza: 36.1 g; Cholesterol: 402.97 mg;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Salata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Biskopity (20g) 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>),	Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2488.18 kcal; Białko ogółem: 117.3 g ; : 81.36 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Wapń: 894.44 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A : 2598.67 ug; Sód: 2594.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.34 g; Sacharoza: 45.13 g; Cholesterol: 406.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2245.69 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; : 81.72 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 318.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Wapń: 889.62 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A : 3107.88 ug; Sód: 2644.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.87 g; Sacharoza: 37.09 g; Cholesterol: 349.8 mg;

wtorek 2025-03-25 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2875.74 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; : 55.73 g; Tłuszcz: 129.81 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.21 g; Wapń: 873.53 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A : 4582.79 ug; Sód: 2928.84 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.63 g; Sacharoza: 36.45 g; Cholesterol: 510.7 mg;

wtorek 2025-03-25 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2380.35 kcal; Białko ogółem: 130.2 g; : 92.34 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 342 g; Błonnik pokarmowy: 46.8 g; Wapń: 991.68 mg; Żelazo: 17.31 mg; Witamina A : 3097.42 ug; Sód: 3040.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.3 g; Sacharoza: 30.42 g; Cholesterol: 387.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Kiełbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami, talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ, MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Pasztecik drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3030.88 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; : 56.81 g; Tłuszcz: 133.08 g; Węglowodany ogółem: 399.28 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; Wapń: 953.25 mg; Żelazo: 16.97 mg; Witamina A : 4625.63 ug; Sód: 2946.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.06 g; Sacharoza: 34.71 g; Cholesterol: 535.54 mg;

wtorek 2025-03-25		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₁</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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE₁, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2400.83 kcal; Białko ogółem: 119.54 g ; 82.8 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Wapń: 969.34 mg; Żelazo: 13.2 mg; Witamina A : 3150.72 ug; Sód: 2662.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.3 g; Sacharoza: 35.35 g; Cholesterol: 374.64 mg;

wtorek 2025-03-25		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Paszтет drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE₁, SOJ, GOR, SEL₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2428.99 kcal; Białko ogółem: 130.35 g ; : 93.42 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Błonnik pokarmowy: 43.32 g; Wapń: 1058.9 mg; Żelazo: 16.55 mg; Witamina A : 3140.26 ug; Sód: 2829.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.58 g; Sacharoza: 27.88 g; Cholesterol: 412.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko (1szt-ok.130g) 1 szt ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) 50 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2341.74 kcal; Białko ogółem: 127.61 g ; : 93.83 g; Tłuszcz: 49.27 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Wapń: 860.62 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A : 1740.97 ug; Sód: 2395.43 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.13 g; Sacharoza: 57.39 g; Cholesterol: 308.59 mg;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami,tałarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2709.96 kcal; Białko ogółem: 130.01 g ; : 89.94 g; Tłuszcz: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 395.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Wapń: 1289.13 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A : 3204.35 ug; Sód: 2896.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.1 g; Sacharoza: 36.1 g; Cholesterol: 402.97 mg;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Salata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Biszkopty (20g) 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>),	Posiłek nocny: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>), Chrupki kukurydziane(10g) 10 g (<u>OZ, ORZ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2488.18 kcal; Białko ogółem: 117.3 g ; : 81.36 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Wapń: 894.44 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A : 2598.67 ug; Sód: 2594.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.34 g; Sacharoza: 45.13 g; Cholesterol: 406.09 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z selera, jabłka, marchewki z jogurtem(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2245.69 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; : 81.72 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 318.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Wapń: 889.62 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A : 3107.88 ug; Sód: 2644.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.87 g; Sacharoza: 37.09 g; Cholesterol: 349.8 mg;

wtorek 2025-03-25 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Ogórek świeży (II) (50g) 50 g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz węgierski z łopatką wieprzową (80ml/50g) 130 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Surówka z selera, marchewki i jabłka ze śmietaną(150g) 150 g (<u>MLE, SEL₁</u>),	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka żydowska z jajem(150g) 150 g (<u>JAJ, MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Marchewka (30g) 30 g ,	Podwieczorek: Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2875.74 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; : 55.73 g; Tłuszcz: 129.81 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.21 g; Wapń: 873.53 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A : 4582.79 ug; Sód: 2928.84 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.63 g; Sacharoza: 36.45 g; Cholesterol: 510.7 mg;

wtorek 2025-03-25 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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 ziemniakami,talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Potrawka z kurczaka z zielonym koperkiem(100g/80ml) 180 ml (<u>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Pasztet drobiowy (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2380.35 kcal; Białko ogółem: 130.2 g; : 92.34 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 342 g; Błonnik pokarmowy: 46.8 g; Wapń: 991.68 mg; Żelazo: 17.31 mg; Witamina A : 3097.42 ug; Sód: 3040.91 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.3 g; Sacharoza: 30.42 g; Cholesterol: 387.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>MLE, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, OZ₁</u>), <u>MLE, SOJ₁, SEL, SO2₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatką z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Chrzan tarty z żurawiną (15g/2g) 17 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SO2₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , 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: 2583.06 kcal; Białko ogółem: 114.18 g ; 76.55 g; Tłuszcz: 101.22 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g; Wapń: 875.79 mg; Żelazo: 14.55 mg; Witamina A : 1391.26 ug; Sód: 3408.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.56 g; Sacharoza: 20.73 g; Cholesterol: 330.24 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Dżem(25g) 25 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: 2553.68 kcal; Białko ogółem: 111.01 g ; 73.52 g; Tłuszcz: 99.04 g; Węglowodany ogółem: 322.8 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Wapń: 909.53 mg; Żelazo: 16.47 mg; Witamina A : 2569.17 ug; Sód: 2552.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.34 g; Sacharoza: 19.95 g; Cholesterol: 496.86 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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 , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g , Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2347.98 kcal; Białko ogółem: 114.87 g ; 77.15 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 317.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Wapń: 919.48 mg; Żelazo: 19.47 mg; Witamina A : 2514.62 ug; Sód: 3252.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.51 g; Sacharoza: 22.1 g; Cholesterol: 466.56 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(40g) 60 g (<u>JAJ,</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica drobiowa (70g) 70 g (<u>SOJ, GOR, SO2,</u>), Seler blanszowany(50g) 50 g (<u>SEL,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 1943.86 kcal; Białko ogółem: 103.86 g ; : 66.14 g; Tłuszcz: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Wapń: 938.63 mg; Żelazo: 15.18 mg; Witamina A : 2200.12 ug; Sód: 2658.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.78 g; Sacharoza: 21.21 g; Cholesterol: 180.31 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 2869.44 kcal; Białko ogółem: 122.66 g ; : 81.85 g; Tłuszcz: 108.86 g; Węglowodany ogółem: 368.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Wapń: 1235.15 mg; Żelazo: 17.29 mg; Witamina A : 2639.18 ug; Sód: 2814.77 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.21 g; Sacharoza: 20.72 g; Cholesterol: 528.93 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 2570.61 kcal; Białko ogółem: 112.1 g ; : 75.39 g; Tłuszcz: 90.51 g; Węglowodany ogółem: 343.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; Wapń: 875.18 mg; Żelazo: 15.37 mg; Witamina A : 2467.27 ug; Sód: 2648.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.34 g; Sacharoza: 41.38 g; Cholesterol: 322.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Dżem(25g) 25 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: 2373.04 kcal; Białko ogółem: 104.87 g ; : 70.6 g; Tłuszcz: 93.98 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Wapń: 727.11 mg; Żelazo: 16.01 mg; Witamina A : 2529.53 ug; Sód: 2499.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.51 g; Sacharoza: 19.92 g; Cholesterol: 473.62 mg;

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>MLE, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, OZ, MLE, SOJ, SEL, SOJ₂</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatką z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Chrzan tarty z żurawiną (15g/2g) 17 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SOJ₂</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , 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: 2402.42 kcal; Białko ogółem: 108.04 g ; : 73.63 g; Tłuszcz: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; Wapń: 693.37 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A : 1351.62 ug; Sód: 3355.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.73 g; Sacharoza: 20.7 g; Cholesterol: 307 mg;

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2217.24 kcal; Białko ogółem: 93.45 g ; : 53.05 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 334 g; Błonnik pokarmowy: 46.7 g; Wapń: 602.66 mg; Żelazo: 21.23 mg; Witamina A : 2468.58 ug; Sód: 3022.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.63 g; Sacharoza: 23.69 g; Cholesterol: 424.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>MLE, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, OZ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatkę z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Chrzan tarty z żurawiną (15g/2g) 17 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SOJ₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , 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: 2583.06 kcal; Białko ogółem: 114.18 g ; 76.55 g; Tłuszcz: 101.22 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g; Wapń: 875.79 mg; Żelazo: 14.55 mg; Witamina A : 1391.26 ug; Sód: 3408.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 47.56 g; Sacharoza: 20.73 g; Cholesterol: 330.24 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Mieszaneczka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Dżem(25g) 25 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: 2553.68 kcal; Białko ogółem: 111.01 g ; 73.52 g; Tłuszcz: 99.04 g; Węglowodany ogółem: 322.8 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Wapń: 909.53 mg; Żelazo: 16.47 mg; Witamina A : 2569.17 ug; Sód: 2552.65 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 46.34 g; Sacharoza: 19.95 g; Cholesterol: 496.86 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₁</u>), Mieszaneczka królewska (110g) 110 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 g , Mus z jabłka (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g , Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2347.98 kcal; Białko ogółem: 114.87 g ; 77.15 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 317.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Wapń: 919.48 mg; Żelazo: 19.47 mg; Witamina A : 2514.62 ug; Sód: 3252.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.51 g; Sacharoza: 22.1 g; Cholesterol: 466.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica drobiowa (70g) 70 g (<u>SOJ, GOR, SO2,</u>), Seler blanszowany(50g) 50 g (<u>SEL,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 1943.86 kcal; Białko ogółem: 103.86 g ; : 66.14 g; Tłuszcz: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Wapń: 938.63 mg; Żelazo: 15.18 mg; Witamina A : 2200.12 ug; Sód: 2658.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 13.78 g; Sacharoza: 21.21 g; Cholesterol: 180.31 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 2869.44 kcal; Białko ogółem: 122.66 g ; : 81.85 g; Tłuszcz: 108.86 g; Węglowodany ogółem: 368.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Wapń: 1235.15 mg; Żelazo: 17.29 mg; Witamina A : 2639.18 ug; Sód: 2814.77 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 51.21 g; Sacharoza: 20.72 g; Cholesterol: 528.93 mg;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Polędwica sopocka (30g) 30 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: 2570.61 kcal; Białko ogółem: 112.1 g ; : 75.39 g; Tłuszcz: 90.51 g; Węglowodany ogółem: 343.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; Wapń: 875.18 mg; Żelazo: 15.37 mg; Witamina A : 2467.27 ug; Sód: 2648.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.34 g; Sacharoza: 41.38 g; Cholesterol: 322.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopočka (30g) 30 g , Dżem(25g) 25 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: 2373.04 kcal; Białko ogółem: 104.87 g ; : 70.6 g; Tłuszcz: 93.98 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; Wapń: 727.11 mg; Żelazo: 16.01 mg; Witamina A : 2529.53 ug; Sód: 2499.24 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.51 g; Sacharoza: 19.92 g; Cholesterol: 473.62 mg;

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>MLE, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos własny (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, OZ, MLE, SOJ, SEL, SOJ₂</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salatką z fasolki szparagowej z olejem(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa śląska z wody (100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Chrzan tarty z żurawiną (15g/2g) 17 g (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL, SOJ₂</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopočka (30g) 30 g , 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: 2402.42 kcal; Białko ogółem: 108.04 g ; : 73.63 g; Tłuszcz: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; Wapń: 693.37 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A : 1351.62 ug; Sód: 3355.11 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.73 g; Sacharoza: 20.7 g; Cholesterol: 307 mg;

środa 2025-03-26 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Polędwica wieprzowa duszona(70g) 70 g , Sos potrawkowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Szpinak na gęsto(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopočka (30g) 30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,

Wartości odżywcze: Energia: 2217.24 kcal; Białko ogółem: 93.45 g ; : 53.05 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 334 g; Błonnik pokarmowy: 46.7 g; Wapń: 602.66 mg; Żelazo: 21.23 mg; Witamina A : 2468.58 ug; Sód: 3022.29 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.63 g; Sacharoza: 23.69 g; Cholesterol: 424.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kluski śląskie(300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy z cebulą ze śmietaną (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogónówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z marchewką i sosem vinegret (50g) 0.25 szt , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2762.62 kcal; Białko ogółem: 114.79 g ; 72.52 g ; Tłuszcz: 67.68 g ; Węglowodany ogółem: 460.08 g ; Błonnik pokarmowy: 43.49 g ; Wapń: 1037.34 mg; Żelazo: 17.59 mg; Witamina A : 1644.98 ug; Sód: 2490.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.5 g; Sacharoza: 34.24 g ; Cholesterol: 408.57 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2618.55 kcal; Białko ogółem: 119.02 g ; 83.5 g ; Tłuszcz: 78.46 g ; Węglowodany ogółem: 388.47 g ; Błonnik pokarmowy: 35.2 g ; Wapń: 1036.17 mg; Żelazo: 14.11 mg; Witamina A : 2394.77 ug; Sód: 2234.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.82 g; Sacharoza: 38.45 g ; Cholesterol: 362.1 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(150g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2297.95 kcal; Białko ogółem: 98.22 g ; 53.43 g ; Tłuszcz: 71.48 g ; Węglowodany ogółem: 356.93 g ; Błonnik pokarmowy: 45.62 g ; Wapń: 1160.17 mg; Żelazo: 16.45 mg; Witamina A : 2381.97 ug; Sód: 2269.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.78 g; Sacharoza: 29.67 g ; Cholesterol: 369.3 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaj(200g) 200 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2290.63 kcal; Białko ogółem: 118.25 g ; : 92.17 g ; Tłuszcz: 53.93 g ; Węglowodany ogółem: 353.79 g ; Błonnik pokarmowy: 26.84 g ; Wapń: 853.18 mg; Żelazo: 12.5 mg; Witamina A : 1608.58 ug; Sód: 2257.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 19.91 g; Sacharoza: 57.07 g; Cholesterol: 233.42 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczone 50 g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) 400 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2821.01 kcal; Białko ogółem: 128.51 g ; : 91.21 g ; Tłuszcz: 86.48 g ; Węglowodany ogółem: 412.93 g ; Błonnik pokarmowy: 36.86 g ; Wapń: 1354.65 mg; Żelazo: 14.64 mg; Witamina A : 2376.27 ug; Sód: 2301.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.13 g; Sacharoza: 38.68 g; Cholesterol: 392.73 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2588 kcal; Białko ogółem: 117.96 g ; : 83.5 g ; Tłuszcz: 78.34 g ; Węglowodany ogółem: 380.59 g ; Błonnik pokarmowy: 33.52 g ; Wapń: 1038.17 mg; Żelazo: 13.87 mg; Witamina A : 1979.27 ug; Sód: 2201.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.78 g; Sacharoza: 37.94 g; Cholesterol: 362.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2440.84 kcal; Białko ogółem: 114.83 g ; : 81.74 g ; Tłuszcz: 75.42 g ; Węglowodany ogółem: 351.49 g ; Błonnik pokarmowy: 32.89 g ; Wapń: 930.1 mg; Żelazo: 13.66 mg; Witamina A : 2346.95 ug; Sód: 1801.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.99 g; Sacharoza: 37.8 g; Cholesterol: 334.53 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kluski śląskie(300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy z cebulą ze śmietaną (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogónek (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z marchewką i sosem vinegret (50g) 0.25 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2583.63 kcal; Białko ogółem: 111.28 g ; : 71.44 g ; Tłuszcz: 63.74 g ; Węglowodany ogółem: 424.07 g ; Błonnik pokarmowy: 41.18 g ; Wapń: 957.82 mg; Żelazo: 17.16 mg; Witamina A : 1602.14 ug; Sód: 2066.12 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.93 g; Sacharoza: 33.59 g; Cholesterol: 383.73 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u> , <u>JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(150g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2183.24 kcal; Białko ogółem: 95.47 g ; : 51.67 g ; Tłuszcz: 69.07 g ; Węglowodany ogółem: 335.47 g ; Błonnik pokarmowy: 46.12 g ; Wapń: 1055.2 mg; Żelazo: 16.86 mg; Witamina A : 2130.15 ug; Sód: 2047.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.06 g; Sacharoza: 29.11 g; Cholesterol: 341.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kluski śląskie(300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy z cebulą ze śmietaną (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogónek (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałatka zielona z marchewką i sosem vinegret (50g) 0.25 szt , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2762.62 kcal; Białko ogółem: 114.79 g ; 72.52 g ; Tłuszcz: 67.68 g ; Węglowodany ogółem: 460.08 g ; Błonnik pokarmowy: 43.49 g ; Wapń: 1037.34 mg; Żelazo: 17.59 mg; Witamina A : 1644.98 ug; Sód: 2490.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.5 g ; Sacharoza: 34.24 g ; Cholesterol: 408.57 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2618.55 kcal; Białko ogółem: 119.02 g ; 83.5 g ; Tłuszcz: 78.46 g ; Węglowodany ogółem: 388.47 g ; Błonnik pokarmowy: 35.2 g ; Wapń: 1036.17 mg; Żelazo: 14.11 mg; Witamina A : 2394.77 ug; Sód: 2234.17 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.82 g ; Sacharoza: 38.45 g ; Cholesterol: 362.1 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(150g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2297.95 kcal; Białko ogółem: 98.22 g ; 53.43 g ; Tłuszcz: 71.48 g ; Węglowodany ogółem: 356.93 g ; Błonnik pokarmowy: 45.62 g ; Wapń: 1160.17 mg; Żelazo: 16.45 mg; Witamina A : 2381.97 ug; Sód: 2269.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.78 g ; Sacharoza: 29.67 g ; Cholesterol: 369.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 60 g , Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Salátka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaj(200g) 200 g (<u>MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2290.63 kcal; Białko ogółem: 118.25 g ; : 92.17 g ; Tłuszcz: 53.93 g ; Węglowodany ogółem: 353.79 g ; Błonnik pokarmowy: 26.84 g ; Wapń: 853.18 mg; Żelazo: 12.5 mg; Witamina A : 1608.58 ug; Sód: 2257.99 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 19.91 g; Sacharoza: 57.07 g; Cholesterol: 233.42 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salátka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2821.01 kcal; Białko ogółem: 128.51 g ; : 91.21 g ; Tłuszcz: 86.48 g ; Węglowodany ogółem: 412.93 g ; Błonnik pokarmowy: 36.86 g ; Wapń: 1354.65 mg; Żelazo: 14.64 mg; Witamina A : 2376.27 ug; Sód: 2301.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.13 g; Sacharoza: 38.68 g; Cholesterol: 392.73 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella 0,5 szt 62.50 g (<u>MLE₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) 400 ml (<u>SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompót z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Salátka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Brokuł gotowany (50g) 50 g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2588 kcal; Białko ogółem: 117.96 g ; : 83.5 g ; Tłuszcz: 78.34 g ; Węglowodany ogółem: 380.59 g ; Błonnik pokarmowy: 33.52 g ; Wapń: 1038.17 mg; Żelazo: 13.87 mg; Witamina A : 1979.27 ug; Sód: 2201.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.78 g; Sacharoza: 37.94 g; Cholesterol: 362.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Sos jarzynowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ, SEL₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2440.84 kcal; Białko ogółem: 114.83 g ; : 81.74 g ; Tłuszcz: 75.42 g ; Węglowodany ogółem: 351.49 g ; Błonnik pokarmowy: 32.89 g ; Wapń: 930.1 mg; Żelazo: 13.66 mg; Witamina A : 2346.95 ug; Sód: 1801.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.99 g; Sacharoza: 37.8 g; Cholesterol: 334.53 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Kluski śląskie(300g) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ₁</u>), Sos pieczarkowy z cebulą ze śmietaną (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL₁</u>), Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₁</u>), Ogónówka (50g) 50 g (<u>SOJ₁</u>), Sałata zielona z marchewką i sosem vinegret (50g) 0.25 szt , Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: Sok pomidorowy (330ml) 330 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2583.63 kcal; Białko ogółem: 111.28 g ; : 71.44 g ; Tłuszcz: 63.74 g ; Węglowodany ogółem: 424.07 g ; Błonnik pokarmowy: 41.18 g ; Wapń: 957.82 mg; Żelazo: 17.16 mg; Witamina A : 1602.14 ug; Sód: 2066.12 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.93 g; Sacharoza: 33.59 g; Cholesterol: 383.73 mg;

czwartek 2025-03-27 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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>GLU PSZ, SEL₁</u>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) 200 g (<u>JAJ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Kefir(150g) 200 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2183.24 kcal; Białko ogółem: 95.47 g ; : 51.67 g ; Tłuszcz: 69.07 g ; Węglowodany ogółem: 335.47 g ; Błonnik pokarmowy: 46.12 g ; Wapń: 1055.2 mg; Żelazo: 16.86 mg; Witamina A : 2130.15 ug; Sód: 2047.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.06 g; Sacharoza: 29.11 g; Cholesterol: 341.73 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba smażona w cieście(90g) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszzonej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2522.88 kcal; Białko ogółem: 104.66 g ; 64.83 g ; Tłuszcz: 96.54 g ; Węglowodany ogółem: 343.46 g ; Błonnik pokarmowy: 37.48 g ; Wapń: 903.3 mg; Żelazo: 12.92 mg; Witamina A : 1684.62 ug; Sód: 3124.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.04 g; Sacharoza: 17.69 g; Cholesterol: 362.13 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2140.73 kcal; Białko ogółem: 108.05 g ; 67.81 g ; Tłuszcz: 59.42 g ; Węglowodany ogółem: 318.28 g ; Błonnik pokarmowy: 28.97 g ; Wapń: 771.87 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A : 2433.27 ug; Sód: 2224.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.14 g; Sacharoza: 20.19 g; Cholesterol: 258.34 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2143.83 kcal; Białko ogółem: 116.44 g ; 75.19 g ; Tłuszcz: 57.23 g ; Węglowodany ogółem: 331 g ; Błonnik pokarmowy: 44.66 g ; Wapń: 813.13 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A : 2867.31 ug; Sód: 2350.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.57 g; Sacharoza: 21.37 g; Cholesterol: 291.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2024.87 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; : 57.97 g; Tłuszcz: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 351.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Wapń: 781.07 mg; Żelazo: 10.93 mg; Witamina A : 1982.07 ug; Sód: 2071.28 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 10.58 g; Sacharoza: 23.96 g; Cholesterol: 158.14 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2579.31 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; : 76.64 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 381.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Wapń: 1085.52 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A : 2518.89 ug; Sód: 2525.89 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 31.45 g; Sacharoza: 33.8 g; Cholesterol: 308.17 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , Kompot z	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 2. x 60 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2277.77 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; : 78.15 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 348.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.1 g; Wapń: 810.11 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 5552.91 ug; Sód: 2460 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 26.48 g; Sacharoza: 22.9 g; Cholesterol: 316.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-28		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</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: 1984.39 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 55.97 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Wapń: 690.05 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A : 2390.43 ug; Sód: 2207.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.71 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 233.5 mg;

piątek 2025-03-28		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Krokiety z kapustą i pieczarkami (2 sztuki) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szyunka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g (<u>SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</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: 2433.57 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; : 48.54 g; Tłuszcz: 97.25 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; Wapń: 899.34 mg; Żelazo: 12.85 mg; Witamina A : 1673.04 ug; Sód: 3146.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.67 g; Sacharoza: 18.61 g; Cholesterol: 286.4 mg.

piątek 2025-03-28		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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szyńska konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szyńka 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2093.99 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; : 74.11 g; Tłuszcz: 54.63 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; Błonnik pokarmowy: 48.11 g; Wapń: 743.81 mg; Żelazo: 15.66 mg; Witamina A : 2824.47 ug; Sód: 2562.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.29 g; Sacharoza: 23.94 g; Cholesterol: 266.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba smażona w cieście(90g) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Surówka z kapusty kiszzonej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2522.88 kcal; Białko ogółem: 104.66 g ; : 64.83 g ; Tłuszcz: 96.54 g ; Węglowodany ogółem: 343.46 g ; Błonnik pokarmowy: 37.48 g ; Wapń: 903.3 mg; Żelazo: 12.92 mg; Witamina A : 1684.62 ug; Sód: 3124.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.04 g; Sacharoza: 17.69 g; Cholesterol: 362.13 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2140.73 kcal; Białko ogółem: 108.05 g ; : 67.81 g ; Tłuszcz: 59.42 g ; Węglowodany ogółem: 318.28 g ; Błonnik pokarmowy: 28.97 g ; Wapń: 771.87 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A : 2433.27 ug; Sód: 2224.53 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.14 g; Sacharoza: 20.19 g; Cholesterol: 258.34 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2143.83 kcal; Białko ogółem: 116.44 g ; : 75.19 g ; Tłuszcz: 57.23 g ; Węglowodany ogółem: 331 g ; Błonnik pokarmowy: 44.66 g ; Wapń: 813.13 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A : 2867.31 ug; Sód: 2350.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.57 g; Sacharoza: 21.37 g; Cholesterol: 291.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2024.87 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; : 57.97 g; Tłuszcz: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 351.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Wapń: 781.07 mg; Żelazo: 10.93 mg; Witamina A : 1982.07 ug; Sód: 2071.28 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 10.58 g; Sacharoza: 23.96 g; Cholesterol: 158.14 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Brokuł gotowany z olejem (150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2579.31 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; : 76.64 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 381.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Wapń: 1085.52 mg; Żelazo: 11.89 mg; Witamina A : 2518.89 ug; Sód: 2525.89 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 31.45 g; Sacharoza: 33.8 g; Cholesterol: 308.17 mg;

piątek 2025-03-28 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , Kompot z	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 2. x 60 g (<u>SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: 2277.77 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; : 78.15 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 348.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.1 g; Wapń: 810.11 mg; Żelazo: 12.19 mg; Witamina A : 5552.91 ug; Sód: 2460 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.48 g; Sacharoza: 22.9 g; Cholesterol: 316.87 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-28		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₁</u>), Dżem(25g) 25 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g (<u>SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</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: 1984.39 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; : 66.73 g; Tłuszcz: 55.97 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Wapń: 690.05 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A : 2390.43 ug; Sód: 2207.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.71 g; Sacharoza: 21.96 g; Cholesterol: 233.5 mg;

piątek 2025-03-28		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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Ser topiony(50g) 50 g (<u>MLE₁</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Krokiety z kapustą i pieczarkami (2 sztuki) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Szyunka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) 60 g (<u>SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</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: 2433.57 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; : 48.54 g; Tłuszcz: 97.25 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; Wapń: 899.34 mg; Żelazo: 12.85 mg; Witamina A : 1673.04 ug; Sód: 3146.44 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.67 g; Sacharoza: 18.61 g; Cholesterol: 286.4 mg;

piątek 2025-03-28		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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, 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 pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Szyńska konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szyńka 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2093.99 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; : 74.11 g; Tłuszcz: 54.63 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; Błonnik pokarmowy: 48.11 g; Wapń: 743.81 mg; Żelazo: 15.66 mg; Witamina A : 2824.47 ug; Sód: 2562.21 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 24.29 g; Sacharoza: 23.94 g; Cholesterol: 266.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE_i</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE_i</u>), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (<u>JAJ_i</u>), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (<u>JAJ, MLE_i</u>),	Zupa ziemniaczana z cieciorką i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL_i</u>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (<u>GLU PSZ_i</u>), Surówka z jarzyn z jabłkiem i jogurtem (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE_i</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ_i</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE_i</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL_i</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE_i</u>), Ogórek świeży(50g) 50 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE_i</u>), Szyńka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL_i</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 PSZ, JAJ, MLE_i</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2952.27 kcal; Białko ogółem: 128.54 g; : 86.55 g; Tłuszcz: 127.64 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g; Wapń: 947.06 mg; Żelazo: 17.13 mg; Witamina A : 2985.75 ug; Sód: 3379.97 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.75 g; Sacharoza: 43.08 g; Cholesterol: 616.16 mg;

sobota 2025-03-29		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE.</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE.</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ.</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,		Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL.</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE.</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, 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 , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2792.39 kcal; Białko ogółem: 121.85 g ; 79.07 g; Tłuszcz: 107.7 g; Węglowodany ogółem: 359.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Wapń: 999.79 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A : 2889.25 ug; Sód: 2634.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.49 g; Sacharoza: 42.29 g; Cholesterol: 580.18 mg;

sobota 2025-03-29		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLUPSZ,</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Serek grani (200g) 200 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2690.81 kcal; Białko ogółem: 140.67 g; : 101.75 g; Tłuszcz: 109.53 g; Węglowodany ogółem: 321.8 g; Błonnik pokarmowy: 38.36 g; Wapń: 1104.09 mg; Żelazo: 16.14 mg; Witamina A : 2833.89 ug; Sód: 3321.47 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 44.89 g; Sacharoza: 25.51 g; Cholesterol: 598.66 mg;

sobota 2025-03-29	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)
-------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Jarzynka gotowana z olejem (150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g ,

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

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZ, MLE, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3140.7 kcal; Białko ogółem: 139.13 g ; : 91.6 g; Tłuszcz: 120.77 g; Węglowodany ogółem: 398.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; Wapń: 1301.61 mg; Żelazo: 16.04 mg; Witamina A : 2918.36 ug; Sód: 2939.06 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 47.52 g; Sacharoza: 37.32 g; Cholesterol: 623.25 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Sałata zielona II (10g) 10 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g , Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Galaretka owocowa(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZ, MLE, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),	Posiłek nocny: Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-29 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, 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 PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2633.95 kcal; Białko ogółem: 117.82 g ; : 77.99 g; Tłuszcz: 103.56 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Wapń: 913.77 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A : 2846.41 ug; Sód: 2423.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.87 g; Sacharoza: 43.79 g; Cholesterol: 555.34 mg;

sobota 2025-03-29 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (<u>JAJ, MLE₊</u>),	Zupa ziemniaczana z cieciorką i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (<u>GLU PSZ</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 (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, 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 PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2793.83 kcal; Białko ogółem: 124.51 g ; : 85.47 g; Tłuszcz: 123.5 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; Wapń: 861.04 mg; Żelazo: 15.9 mg; Witamina A : 2942.91 ug; Sód: 3168.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.13 g; Sacharoza: 44.58 g; Cholesterol: 591.32 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Sałata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2437.11 kcal; Białko ogółem: 115 g ; : 76.07 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 310.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.68 g; Wapń: 870.64 mg; Żelazo: 15.86 mg; Witamina A : 2747.25 ug; Sód: 2578.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.26 g; Sacharoza: 27.81 g; Cholesterol: 543.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) 40 g (<u>JAJ₁</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Jarzynka gotowana z olejem (150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Salata zielona(10g) 0.05 szt ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g ,

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

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>), Mieszanka królewska (110g) 110 g , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Galaretki owocowa(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZ, MLE, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wisni słodzony (150g) 150 g , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 3140.7 kcal; Białko ogółem: 139.13 g ; 91.6 g; Tłuszcz: 120.77 g; Węglowodany ogółem: 398.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.9 g; Wapń: 1301.61 mg; Żelazo: 16.04 mg; Witamina A : 2918.36 ug; Sód: 2939.06 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 47.52 g; Sacharoza: 37.32 g; Cholesterol: 623.25 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) 400 ml (<u>MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) 55 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLU PSZ₁</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) 2. x 60 g , Salata zielona II (10g) 10 g , Mieszanka królewska (110g) 110 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g , Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>),	Podwieczorek: Galaretki owocowa(150g) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZ, MLE, ORZ, SEZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>),	Posiłek nocny: Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-29 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, 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 PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2633.95 kcal; Białko ogółem: 117.82 g ; : 77.99 g; Tłuszcz: 103.56 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; Wapń: 913.77 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A : 2846.41 ug; Sód: 2423.48 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 39.87 g; Sacharoza: 43.79 g; Cholesterol: 555.34 mg;

sobota 2025-03-29 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na twardo (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) 70 g (<u>JAJ, MLE₊</u>),	Zupa ziemniaczana z cieciorką i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka pieczone(200g) 200 g , Ryż po afgańsku(180g) 180 g (<u>GLU PSZ₊</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 (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa śląska pieczona(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, 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 PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2793.83 kcal; Białko ogółem: 124.51 g ; : 85.47 g; Tłuszcz: 123.5 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; Wapń: 861.04 mg; Żelazo: 15.9 mg; Witamina A : 2942.91 ug; Sód: 3168.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.13 g; Sacharoza: 44.58 g; Cholesterol: 591.32 mg;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) 45 g ,	Zupa ziemniaczana z pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Udo z kurczaka gotowane(200g) 200 g , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Ryż (180g) 180 g (<u>GLUPSZ₊</u>), Jarzynka oprószana (150g) 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Salata zielona(10g) 0.05 szt , Ketchup(1szt.-20g) 20 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (30g) 30 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Buraczki gotowane w plastrach (50g) 70 g ,	Podwieczorek: Mandarynka (1 szt.-ok.100g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 0.50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2437.11 kcal; Białko ogółem: 115 g ; : 76.07 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 310.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.68 g; Wapń: 870.64 mg; Żelazo: 15.86 mg; Witamina A : 2747.25 ug; Sód: 2578.98 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.26 g; Sacharoza: 27.81 g; Cholesterol: 543.82 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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 PSZ, SEL₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: 3116.71 kcal; Białko ogółem: 126.83 g ; 74.49 g; Tłuszcz: 113.56 g; Węglowodany ogółem: 434.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; Wapń: 1074.67 mg; Żelazo: 16.14 mg; Witamina A : 1749.41 ug; Sód: 2932.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.61 g; Sacharoza: 37.86 g; Cholesterol: 311.64 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jaglana (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>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: 2338.05 kcal; Białko ogółem: 124.19 g ; 82.55 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.2 g; Wapń: 805 mg; Żelazo: 14.92 mg; Witamina A : 1853.9 ug; Sód: 1877.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.44 g; Sacharoza: 37.64 g; Cholesterol: 293.34 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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: 2082.55 kcal; Białko ogółem: 106.73 g ; 66.47 g; Tłuszcz: 57.37 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; Błonnik pokarmowy: 36.87 g; Wapń: 962 mg; Żelazo: 16.99 mg; Witamina A : 1797.9 ug; Sód: 1915.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.16 g; Sacharoza: 16.46 g; Cholesterol: 281.94 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 1996.03 kcal; Białko ogółem: 109.91 g ; : 70.62 g; Tłuszcz: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Wapń: 940.84 mg; Żelazo: 14.7 mg; Witamina A : 4045.31 ug; Sód: 1993.79 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 12.29 g; Sacharoza: 19.26 g; Cholesterol: 209.84 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z polędwicy drobiowej z zielonym koperkiem (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2599.28 kcal; Białko ogółem: 134.74 g ; : 92.63 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; Wapń: 1136.17 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A : 1813.74 ug; Sód: 2230.74 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 34.8 g; Sacharoza: 39.82 g; Cholesterol: 340.67 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2157.1 kcal; Białko ogółem: 107.31 g ; : 69.99 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 314.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Wapń: 977.81 mg; Żelazo: 11.76 mg; Witamina A : 1773.74 ug; Sód: 1984.49 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 30.55 g; Sacharoza: 25.81 g; Cholesterol: 332.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2182.91 kcal; Białko ogółem: 121.09 g ; : 81.47 g; Tłuszcz: 59.1 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Wapń: 725.28 mg; Żelazo: 14.53 mg; Witamina A : 1811.06 ug; Sód: 1859.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.01 g; Sacharoza: 39.38 g; Cholesterol: 268.5 mg;

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2961.57 kcal; Białko ogółem: 123.73 g ; : 73.41 g; Tłuszcz: 110.29 g; Węglowodany ogółem: 403.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Wapń: 994.95 mg; Żelazo: 15.75 mg; Witamina A : 1706.57 ug; Sód: 2914.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.18 g; Sacharoza: 39.6 g; Cholesterol: 286.8 mg;

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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: 2033.91 kcal; Białko ogółem: 106.58 g ; : 65.39 g; Tłuszcz: 54.95 g; Węglowodany ogółem: 311.3 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Wapń: 894.78 mg; Żelazo: 17.75 mg; Witamina A : 1755.06 ug; Sód: 2126.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.88 g; Sacharoza: 19 g; Cholesterol: 257.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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 PSZ, SEL₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: 3116.71 kcal; Białko ogółem: 126.83 g ; 74.49 g; Tłuszcz: 113.56 g; Węglowodany ogółem: 434.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; Wapń: 1074.67 mg; Żelazo: 16.14 mg; Witamina A : 1749.41 ug; Sód: 2932.07 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.61 g; Sacharoza: 37.86 g; Cholesterol: 311.64 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka 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>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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: 2338.05 kcal; Białko ogółem: 124.19 g ; 82.55 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.2 g; Wapń: 805 mg; Żelazo: 14.92 mg; Witamina A : 1853.9 ug; Sód: 1877.02 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.44 g; Sacharoza: 37.64 g; Cholesterol: 293.34 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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: 2082.55 kcal; Białko ogółem: 106.73 g ; 66.47 g; Tłuszcz: 57.37 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; Błonnik pokarmowy: 36.87 g; Wapń: 962 mg; Żelazo: 16.99 mg; Witamina A : 1797.9 ug; Sód: 1915.52 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.16 g; Sacharoza: 16.46 g; Cholesterol: 281.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 1996.03 kcal; Białko ogółem: 109.91 g ; : 70.62 g; Tłuszcz: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Wapń: 940.84 mg; Żelazo: 14.7 mg; Witamina A : 4045.31 ug; Sód: 1993.79 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 12.29 g; Sacharoza: 19.26 g; Cholesterol: 209.84 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Pasta z polędwicy drobiowej z zielonym koperkiem (50g) 50 g (<u>SOJ, GOR, SO2₁</u>),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g ,	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2599.28 kcal; Białko ogółem: 134.74 g ; : 92.63 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g; Wapń: 1136.17 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A : 1813.74 ug; Sód: 2230.74 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.8 g; Sacharoza: 39.82 g; Cholesterol: 340.67 mg;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z ryżem(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g ,	Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₁</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2157.1 kcal; Białko ogółem: 107.31 g ; : 69.99 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 314.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Wapń: 977.81 mg; Żelazo: 11.76 mg; Witamina A : 1773.74 ug; Sód: 1984.49 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.55 g; Sacharoza: 25.81 g; Cholesterol: 332.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2182.91 kcal; Białko ogółem: 121.09 g ; : 81.47 g; Tłuszcz: 59.1 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Wapń: 725.28 mg; Żelazo: 14.53 mg; Witamina A : 1811.06 ug; Sód: 1859.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29.01 g; Sacharoza: 39.38 g; Cholesterol: 268.5 mg;

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</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: 2961.57 kcal; Białko ogółem: 123.73 g ; : 73.41 g; Tłuszcz: 110.29 g; Węglowodany ogółem: 403.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Wapń: 994.95 mg; Żelazo: 15.75 mg; Witamina A : 1706.57 ug; Sód: 2914.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.18 g; Sacharoza: 39.6 g; Cholesterol: 286.8 mg;

niedziela 2025-03-30 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Roszponka (7g) 7 g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jaglana (180g) 180 g , Salátka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) 170 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, 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: 2033.91 kcal; Białko ogółem: 106.58 g ; : 65.39 g; Tłuszcz: 54.95 g; Węglowodany ogółem: 311.3 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Wapń: 894.78 mg; Żelazo: 17.75 mg; Witamina A : 1755.06 ug; Sód: 2126.51 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.88 g; Sacharoza: 19 g; Cholesterol: 257.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkciem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₊</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2518.36 kcal; Białko ogółem: 98.1 g ; : 52.79 g; Tłuszcz: 92.61 g; Węglowodany ogółem: 367.37 g; Błonnik pokarmowy: 49.03 g; Wapń: 872.74 mg; Żelazo: 17.07 mg; Witamina A : 2414.33 ug; Sód: 3207.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40 g; Sacharoza: 21.91 g; Cholesterol: 337.55 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata 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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2787.67 kcal; Białko ogółem: 153.47 g ; : 129.52 g; Tłuszcz: 90.42 g; Węglowodany ogółem: 366.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g; Wapń: 865.03 mg; Żelazo: 11.93 mg; Witamina A : 2300.68 ug; Sód: 2969.64 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.44 g; Sacharoza: 31.9 g; Cholesterol: 452.99 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata 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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2511.17 kcal; Białko ogółem: 136.21 g ; : 102.99 g; Tłuszcz: 86.02 g; Węglowodany ogółem: 335.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.4 g; Wapń: 1140.53 mg; Żelazo: 14.3 mg; Witamina A : 2292.68 ug; Sód: 3061.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.39 g; Sacharoza: 24.92 g; Cholesterol: 462.59 mg;

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2463.28 kcal; Białko ogółem: 158.2 g ; : 133.01 g ; Tłuszcz: 49.21 g ; Węglowodany ogółem: 377.49 g ; Błonnik pokarmowy: 37.01 g ; Wapń: 891.23 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A : 2249.78 ug; Sód: 3101.09 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 17.08 g ; Sacharoza: 35.52 g ; Cholesterol: 288.54 mg;

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml , Mus z jabłka (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 3233.16 kcal; Białko ogółem: 166.66 g ; : 137.71 g ; Tłuszcz: 99.88 g ; Węglowodany ogółem: 450.86 g ; Błonnik pokarmowy: 39.44 g ; Wapń: 1220.37 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A : 2666.26 ug; Sód: 3344.83 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 43.27 g ; Sacharoza: 51.56 g ; Cholesterol: 484.82 mg;

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2677.51 kcal; Białko ogółem: 137.07 g ; : 117.52 g ; Tłuszcz: 93.56 g ; Węglowodany ogółem: 351.94 g ; Błonnik pokarmowy: 33.92 g ; Wapń: 886.54 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A : 2647.07 ug; Sód: 3039.27 mg; kw. tłuszcz. nasy.: 41.33 g ; Sacharoza: 52.34 g ; Cholesterol: 431.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-31 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w warzywnach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2590.08 kcal; Białko ogółem: 148.12 g ; : 126.6 g; Tłuszcz: 84.9 g; Węglowodany ogółem: 332.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; Wapń: 685.51 mg; Żelazo: 11.52 mg; Witamina A : 2261.04 ug; Sód: 2508.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.47 g; Sacharoza: 29.45 g; Cholesterol: 429.75 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Serdela z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₊</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szyńka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2320.77 kcal; Białko ogółem: 92.75 g ; : 49.87 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Wapń: 693.22 mg; Żelazo: 16.66 mg; Witamina A : 2374.69 ug; Sód: 2745.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.03 g; Sacharoza: 19.46 g; Cholesterol: 314.31 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w warzywnach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2420.08 kcal; Białko ogółem: 133.81 g ; : 100.07 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.29 g; Wapń: 973.51 mg; Żelazo: 15.04 mg; Witamina A : 2253.04 ug; Sód: 2828.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.57 g; Sacharoza: 23.27 g; Cholesterol: 439.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Serdelka z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₊</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szynka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2518.36 kcal; Białko ogółem: 98.1 g ; : 52.79 g; Tłuszcz: 92.61 g; Węglowodany ogółem: 367.37 g; Błonnik pokarmowy: 49.03 g; Wapń: 872.74 mg; Żelazo: 17.07 mg; Witamina A : 2414.33 ug; Sód: 3207.19 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 40 g; Sacharoza: 21.91 g; Cholesterol: 337.55 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata 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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2787.67 kcal; Białko ogółem: 153.47 g ; : 129.52 g; Tłuszcz: 90.42 g; Węglowodany ogółem: 366.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g; Wapń: 865.03 mg; Żelazo: 11.93 mg; Witamina A : 2300.68 ug; Sód: 2969.64 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 38.44 g; Sacharoza: 31.9 g; Cholesterol: 452.99 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) 400 ml (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Sałata 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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2511.17 kcal; Białko ogółem: 136.21 g ; : 102.99 g; Tłuszcz: 86.02 g; Węglowodany ogółem: 335.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.4 g; Wapń: 1140.53 mg; Żelazo: 14.3 mg; Witamina A : 2292.68 ug; Sód: 3061.86 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.39 g; Sacharoza: 24.92 g; Cholesterol: 462.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2463.28 kcal; Białko ogółem: 158.2 g ; : 133.01 g; Tłuszcz: 49.21 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; Wapń: 891.23 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A : 2249.78 ug; Sód: 3101.09 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 17.08 g; Sacharoza: 35.52 g; Cholesterol: 288.54 mg;

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml , Mus z jabłka (50g) 50 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 3233.16 kcal; Białko ogółem: 166.66 g ; : 137.71 g; Tłuszcz: 99.88 g; Węglowodany ogółem: 450.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Wapń: 1220.37 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A : 2666.26 ug; Sód: 3344.83 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 43.27 g; Sacharoza: 51.56 g; Cholesterol: 484.82 mg;

poniedziałek 2025-03-31 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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₁</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) 150 g (<u>SEL₁</u>),	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₁</u>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) 1 szt ,	Podwieczorek: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE₁</u>),	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2677.51 kcal; Białko ogółem: 137.07 g ; : 117.52 g; Tłuszcz: 93.56 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g; Wapń: 886.54 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A : 2647.07 ug; Sód: 3039.27 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 41.33 g; Sacharoza: 52.34 g; Cholesterol: 431.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-31 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Salata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w warzywnach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Skyr owocowy (350g) 350 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2590.08 kcal; Białko ogółem: 148.12 g ; : 126.6 g; Tłuszcz: 84.9 g; Węglowodany ogółem: 332.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; Wapń: 685.51 mg; Żelazo: 11.52 mg; Witamina A : 2261.04 ug; Sód: 2508.08 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 35.47 g; Sacharoza: 29.45 g; Cholesterol: 429.75 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Serdela z kurczaka na gorąco (100g) 100 g (<u>SOJ₊</u>), Papryka czerwona II(30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) 130 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Makaron pełnoziarnisty (180g) 180 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Salata jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) 33 g (<u>MLE₊</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>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Szyńka z indyka (50g) 50 g (<u>JAJ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2320.77 kcal; Białko ogółem: 92.75 g ; : 49.87 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g; Wapń: 693.22 mg; Żelazo: 16.66 mg; Witamina A : 2374.69 ug; Sód: 2745.63 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 37.03 g; Sacharoza: 19.46 g; Cholesterol: 314.31 mg;

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka		
Kefir(200g) 200 g (<u>MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Marchewka (30g) 30 g ,	Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>GLU JĘCZ, SEL₊</u>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(250g-8szt.) 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ₊</u>), Salata zielona z sosem vinegret(40g) 0.25 szt , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w warzywnach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE₊</u>), Jabłko (1szt.-ok.130g) 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) 120 g ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych truskawek (150g) 150 ml ,

Wartości odżywcze: Energia: 2420.08 kcal; Białko ogółem: 133.81 g ; : 100.07 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.29 g; Wapń: 973.51 mg; Żelazo: 15.04 mg; Witamina A : 2253.04 ug; Sód: 2828.8 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.57 g; Sacharoza: 23.27 g; Cholesterol: 439.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z czarnej porzeczki i jabłka (150ml/60g) 150 ml (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 1950.19 kcal; Białko ogółem: 90.48 g ; : 56.02 g; Tłuszcz: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 355.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g; Wapń: 846.55 mg; Żelazo: 11.03 mg; Witamina A : 995.2 ug; Sód: 1765.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 10.51 g; Sacharoza: 49.24 g; Cholesterol: 132.49 mg;

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka 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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE,</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2630.74 kcal; Białko ogółem: 107.02 g ; : 66.12 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 401.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; Wapń: 1236.54 mg; Żelazo: 13.14 mg; Witamina A : 1316.1 ug; Sód: 2232.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.24 g; Sacharoza: 53 g; Cholesterol: 432.49 mg;

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaja z zieloną pietruszką (50g) 35 g (<u>JAJ,</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE,</u>),	Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Salátka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g ,	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2525.9 kcal; Białko ogółem: 99.64 g ; : 65.22 g; Tłuszcz: 71.87 g; Węglowodany ogółem: 386 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Wapń: 1181.37 mg; Żelazo: 12.34 mg; Witamina A : 1384.98 ug; Sód: 2033.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.16 g; Sacharoza: 74.53 g; Cholesterol: 415.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2092.77 kcal; Białko ogółem: 90.64 g ; : 56.21 g; Tłuszcz: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 322.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; Wapń: 825.97 mg; Żelazo: 11.68 mg; Witamina A : 1301.88 ug; Sód: 1924.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.5 g; Sacharoza: 53.95 g; Cholesterol: 357.82 mg;

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2608.64 kcal; Białko ogółem: 123.4 g ; : 85.26 g; Tłuszcz: 99.43 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Wapń: 842.52 mg; Żelazo: 16.77 mg; Witamina A : 1861.93 ug; Sód: 2604.95 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.71 g; Sacharoza: 42.91 g; Cholesterol: 602.92 mg;

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kisiel z wiśniami b/c(150ml/10g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 1966.7 kcal; Białko ogółem: 89.61 g ; : 53.54 g; Tłuszcz: 51.64 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.79 g; Wapń: 622.73 mg; Żelazo: 15.55 mg; Witamina A : 1416.81 ug; Sód: 2174.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.42 g; Sacharoza: 32.92 g; Cholesterol: 356.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</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 PSZ, MLE,</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE,</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2764.98 kcal; Białko ogółem: 127.1 g; : 86.34 g; Tłuszcz: 102.88 g; Węglowodany ogółem: 370.8 g; Błonnik pokarmowy: 41.07 g; Wapń: 924.34 mg; Żelazo: 17.19 mg; Witamina A : 1904.77 ug; Sód: 2621.56 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 36.14 g; Sacharoza: 41.14 g; Cholesterol: 627.76 mg;

wtorek 2025-04-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2249.11 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; : 57.29 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 351.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; Wapń: 907.79 mg; Żelazo: 12.1 mg; Witamina A : 1344.72 ug; Sód: 1940.96 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.93 g; Sacharoza: 52.18 g; Cholesterol: 382.66 mg;

wtorek 2025-04-01			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziółowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,	
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,		Podwieczorek: Kisiel z wiśniami b/c(150ml/10g) 150 ml ,		Posiłek nocny: Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),	

Wartości odżywcze: Energia: 2016.54 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; : 54.62 g; Tłuszcz: 54.24 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; Wapń: 692.05 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A : 1459.65 ug; Sód: 1962.12 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.7 g; Sacharoza: 30.35 g; Cholesterol: 380.89 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, SEL,</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z czarnej porzeczki i jabłka (150ml/60g) 150 ml (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 1950.19 kcal; Białko ogółem: 90.48 g ; : 56.02 g; Tłuszcz: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 355.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g; Wapń: 846.55 mg; Żelazo: 11.03 mg; Witamina A : 995.2 ug; Sód: 1765.92 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 10.51 g; Sacharoza: 49.24 g; Cholesterol: 132.49 mg;

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony 50 g ,	Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE,</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE,</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2630.74 kcal; Białko ogółem: 107.02 g ; : 66.12 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 401.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; Wapń: 1236.54 mg; Żelazo: 13.14 mg; Witamina A : 1316.1 ug; Sód: 2232.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.24 g; Sacharoza: 53 g; Cholesterol: 432.49 mg;

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaja z zieloną pietruszką (50g) 35 g (<u>JAJ,</u>), Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE,</u>),	Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Pulpet rybny (dorsz)(70g) 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, ORZ, SOJ, SEL, SO2,</u>), Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL,</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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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: Budyń słodzony (150ml) 150 ml (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2525.9 kcal; Białko ogółem: 99.64 g ; : 65.22 g; Tłuszcz: 71.87 g; Węglowodany ogółem: 386 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Wapń: 1181.37 mg; Żelazo: 12.34 mg; Witamina A : 1384.98 ug; Sód: 2033.32 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.16 g; Sacharoza: 74.53 g; Cholesterol: 415.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Dżem (25g) op 25 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2092.77 kcal; Białko ogółem: 90.64 g ; : 56.21 g; Tłuszcz: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 322.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; Wapń: 825.97 mg; Żelazo: 11.68 mg; Witamina A : 1301.88 ug; Sód: 1924.35 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 27.5 g; Sacharoza: 53.95 g; Cholesterol: 357.82 mg;

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Jajo gotowane na miękko (55g) 1 szt (<u>JAJ₊</u>), Pomidor(50g)(VII-X) 50 g ,	Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) 400 ml (<u>SEL₊</u>), Kompot z owoców (200ml) 200 ml , Ryba panierowana (90g) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</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 PSZ, MLE₊</u>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) 16 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2608.64 kcal; Białko ogółem: 123.4 g ; : 85.26 g; Tłuszcz: 99.43 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Wapń: 842.52 mg; Żelazo: 16.77 mg; Witamina A : 1861.93 ug; Sód: 2604.95 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.71 g; Sacharoza: 42.91 g; Cholesterol: 602.92 mg;

wtorek 2025-04-01 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Ryba (dorsz) z pieca (70g) 70 g , Sos ziołowy (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, ORZ, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Ziemniaki (220g) 220 g , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml) 200 ml ,	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₊</u>), Twaróg chudy (60g) 60 g (<u>MLE₊</u>), Mus z jabłka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Kielbasa szynkowa (30g) 30 g , Roszponka (7g) 7 g ,	Podwieczorek: Kisiel z wiśniami b/c(150ml/10g) 150 ml ,	Posiłek nocny: Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 1966.7 kcal; Białko ogółem: 89.61 g ; : 53.54 g; Tłuszcz: 51.64 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.79 g; Wapń: 622.73 mg; Żelazo: 15.55 mg; Witamina A : 1416.81 ug; Sód: 2174.01 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 25.42 g; Sacharoza: 32.92 g; Cholesterol: 356.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SEL₁</u>), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 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 PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Salátka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Mozarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2496.52 kcal; Białko ogółem: 102.43 g ; 58.04 g; Tłuszcz: 84.09 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Wapń: 896.5 mg; Żelazo: 16.82 mg; Witamina A : 4054.66 ug; Sód: 2705.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.89 g; Sacharoza: 26.08 g; Cholesterol: 409.74 mg;

środa 2025-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₁</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE₁</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2388.95 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; : 47.84 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 363.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Wapń: 899.02 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A : 1888.04 ug; Sód: 2423.81 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29 g; Sacharoza: 34.55 g; Cholesterol: 242.17 mg;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₊</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</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 PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Połędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2282.16 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; : 50.57 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.4 g; Wapń: 901.13 mg; Żelazo: 14.58 mg; Witamina A : 2611.98 ug; Sód: 2578.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.17 g; Sacharoza: 12.24 g; Cholesterol: 256.12 mg;

środa 2025-04-02	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobowa)
------------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2231.2 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; : 57.14 g; Tłuszcz: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 375.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Wapń: 730.08 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A : 2176.5 ug; Sód: 2630.66 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.74 g; Sacharoza: 38.27 g; Cholesterol: 240.04 mg;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.koperkiem (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2665.03 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; : 56.03 g; Tłuszcz: 78.21 g; Węglowodany ogółem: 403.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Wapń: 1212.88 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A : 1810.14 ug; Sód: 2700.76 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.56 g; Sacharoza: 36.39 g; Cholesterol: 274 mg;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2499.31 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; : 51.21 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 384.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Wapń: 1066.37 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A : 2653.06 ug; Sód: 2630.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.78 g; Sacharoza: 48.86 g; Cholesterol: 255.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE_t</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_t</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE_t</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL_t</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,		Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL_t</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ_t</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL_t</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ_t</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_t</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE_t</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL_t</u>), Polędwica sopočka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_t</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE_t</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE_t</u>), Dżem (40g) 40 g		Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2201.54 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; : 46.08 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Wapń: 779.55 mg; Żelazo: 9.74 mg; Witamina A : 1840.22 µg; Sód: 2397.67 mg; kw. tłuszcz. nasvc.: 26.78 g; Sacharoza: 36.08 g; Cholesterol: 214.6 mg;

środa 2025-04-02 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SEL,</u>), Naleśniki z serem twarogowym półtłustym(450g-3szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</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 razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2787.8 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; : 72.93 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 418.8 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Wapń: 1053.44 mg; Żelazo: 15.75 mg; Witamina A : 3296.3 µg; Sód: 2706.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.06 g; Sacharoza: 41.16 g; Cholesterol: 467.98 mg;

środa 2025-04-02 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałatka zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Południowa sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE,</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL,</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2201.25 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; : 48.81 g; Tłuszcz: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 348.18 g; Błonnik pokarmowy: 47.52 g; Wapń: 794.16 mg; Żelazo: 14.39 mg; Witamina A : 2564.16 µg; Sód: 2780.75 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.1 g; Sacharoza: 14.57 g; Cholesterol: 228.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Rehabilitacja Kardiologiczna		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL₁</u>), Salata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SEL₁</u>), Karkówka w sosie własnym (50g/80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Ziemniaki (220g) 220 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 PSZ, MLE₁</u>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Salátka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ, MLE₁</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (40g) 40 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2496.52 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; : 58.04 g; Tłuszcz: 84.09 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g; Wapń: 896.5 mg; Żelazo: 16.82 mg; Witamina A : 4054.66 ug; Sód: 2705.71 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 32.89 g; Sacharoza: 26.08 g; Cholesterol: 409.74 mg;

środa 2025-04-02		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₁</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bulka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₁</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₁</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,		Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₁</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₁</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₁</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₁</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₁</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₁</u>), Dżem (40g) 40 g ,		Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	
		Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2388.95 kcal; Białko ogółem: 96.17 g ; : 47.84 g; Tłuszcz: 69.81 g; Węglowodany ogółem: 363.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.2 g; Wapń: 899.02 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A : 1888.04 µg; Sód: 2423.81 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 29 g; Sacharoza: 34.55 g; Cholesterol: 242.17 mg;

środa 2025-04-02		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE₊</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka grahamka (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS₊</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE₊</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL₊</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL₊</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ₊</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL₊</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ₊</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE₊</u>), Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</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 PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL₊</u>), Połędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ₊</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE₊</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE₊</u>), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL₊</u>),

Wartości odżywcze: Energia: 2282.16 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; : 50.57 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.4 g; Wapń: 901.13 mg; Żelazo: 14.58 mg; Witamina A : 2611.98 ug; Sód: 2578.39 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 28.17 g; Sacharoza: 12.24 g; Cholesterol: 256.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>), 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2231.2 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; : 57.14 g; Tłuszcz: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 375.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Wapń: 730.08 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A : 2176.5 ug; Sód: 2630.66 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 14.74 g; Sacharoza: 38.27 g; Cholesterol: 240.04 mg;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z szynki konserwowej z indyka z ziel.koperkiem (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>),	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 PSZ, MLE, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2665.03 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; : 56.03 g; Tłuszcz: 78.21 g; Węglowodany ogółem: 403.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Wapń: 1212.88 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A : 1810.14 ug; Sód: 2700.76 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 33.56 g; Sacharoza: 36.39 g; Cholesterol: 274 mg;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) 400 ml (<u>GLU OWS, MLE,</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa ziemniaczana (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ,</u>), Sos z oregano (80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE,</u>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Polędwica sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS,</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 z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2499.31 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; : 51.21 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 384.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Wapń: 1066.37 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A : 2653.06 ug; Sód: 2630.93 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 30.78 g; Sacharoza: 48.86 g; Cholesterol: 255.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka		
Jogurt naturalny (3% tł.)(180g) 180 g (<u>MLE_i</u>), Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Bułka pszenna (60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE_i</u>), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL_i</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,		Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL_i</u>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ_i</u>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL_i</u>), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ_i</u>), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)		Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE_i</u>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL_i</u>), Polędwica sopočka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,	
II Śniadanie: Chleb tostowy (1 kromka)(40g) 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS_i</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE_i</u>), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE_i</u>), Dżem (40g) 40 g		Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,		Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni słodzony (150g) 150 g ,	

Wartości odżywcze: Energia: 2201.54 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; : 46.08 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Wapń: 779.55 mg; Żelazo: 9.74 mg; Witamina A : 1840.22 µg; Sód: 2397.67 mg; kw. tłuszcz. nasvc.: 26.78 g; Sacharoza: 36.08 g; Cholesterol: 214.6 mg;

środa 2025-04-02 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</u>), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka konserwowa (50g) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL,</u>), Sałata zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, MLE, SEL,</u>), Naleśniki z serem twarogowym półtłustym(450g-3szt.) 450 g (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</u>), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.,</u>), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE,</u>), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) 220 g (<u>JAJ, MLE,</u>),
II Śniadanie: Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS.,</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 razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ.,</u>), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE,</u>), Szynka z kurczaka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2787.8 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; : 72.93 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 418.8 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Wapń: 1053.44 mg; Żelazo: 15.75 mg; Witamina A : 3296.3 µg; Sód: 2706.2 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 34.06 g; Sacharoza: 41.16 g; Cholesterol: 467.98 mg;

środa 2025-04-02 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 PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS</u>.), Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ</u>.), Masło ekstra (10g) 10 g (<u>MLE</u>.), Szynka konserwowa z indyka (50g) 50 g (<u>MLE, SOJ, SEL</u>.), Sałatka zielona II (10g) 10 g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (bez śmietany i bez cebuli)(400ml) 400 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SEL</u>.), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ</u>.), Sos pomidorowy z oregano(80ml) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>.), Kasza jęczmienna (180g) 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>.), Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) 150 g , Kompot z owoców (200ml)	Herbata bez cukru(200ml) 200 ml , Chleb razowy (2 kromki)(100g) 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ</u>.), Masło ekstra (15g) 15 g (<u>MLE</u>.), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR, SEL</u>.), Południowa sopocka (50g) 50 g , Roszponka (7g) 7 g ,
II Śniadanie: Chleb razowy (1 kromka)(50g) 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ</u>.), Masło ekstra (5g) 5 g (<u>MLE</u>.), Mozzarella (30g) 30 g (<u>MLE</u>.), Marchewka blanszowana (30 g) 30 g ,	Podwieczorek: Kiwi(1szt.-80g) 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus z mrożonych wiśni bez cukru (150g) 150 g , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka na pieczywie razowym (1szt.-55g) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OWS, JAJ, SOJ, SEL</u>.),

Wartości odżywcze: Energia: 2201.25 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; : 48.81 g; Tłuszcz: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 348.18 g; Błonnik pokarmowy: 47.52 g; Wapń: 794.16 mg; Żelazo: 14.39 mg; Witamina A : 2564.16 ug; Sód: 2780.75 mg; kw. tłuszcz. nasyc.: 26.1 g; Sacharoza: 14.57 g; Cholesterol: 228.55 mg;