

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

poniedziałek - 25-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka opiekana 140 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	keks 100g 100 g,							
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2690,44 Kcal	białko	105,271 g	tłuszcz	129,697 g	węglow.przysw.	406,247 g
	nasycone kwasy tł.	60,52 g	błonnik	37,393 g	sól	2,232 g	cukier prosty	118,128 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	keks 100g 100 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2730,71 Kcal	białko	104,906 g	tłuszcz	134,777 g	węglow.przysw.	390,332 g
	nasycone kwasy tł.	63,202 g	błonnik	29,378 g	sól	1,956 g	cukier prosty	117,438 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2377,59 Kcal	białko	100,92 g	tłuszcz	119,717 g	węglow.przysw.	352,006 g
	nasycone kwasy tł.	55,77 g	błonnik	29,358 g	sól	1,958 g	cukier prosty	64,092 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2451,99 Kcal	białko	100,99 g	tłuszcz	127,917 g	węglow.przysw.	352,076 g
	nasycone kwasy tł.	61,17 g	błonnik	29,358 g	sól	1,96 g	cukier prosty	64,162 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	mandarynka 80 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2185,69Kcal	białko	100,508g	tłuszcz	123,737g	węglow.przysw.	304,842g
	nasycone kwasy tł.	59,088 g	błonnik	37,673g	sól	2,245 g	cukier prosty	7,038 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka wieprzowa 50 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie jogurt naturalny (MLE) 100 g,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek mandarynka 80 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2300,34Kcal	białko	105,906g	tłuszcz	120,652g	węglow.przysw.	335,122g
	nasycone kwasy tł.	56,995 g	błonnik	38,338g	sól	3,019 g	cukier prosty	27,163 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2285,49Kcal	białko	99,52g	tłuszcz	118,837g	węglow.przysw.	331,336g
	nasycone kwasy tł.	54,991 g	błonnik	28,068g	sól	2,237 g	cukier prosty	64,782 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2151,14Kcal	białko	99,998g	tłuszcz	120,657g	węglow.przysw.	296,922g
	nasycone kwasy tł.	57,658 g	błonnik	37,593g	sól	2,245 g	cukier prosty	6,933 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie jogurt naturalny (MLE) 100 g,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek mandarynka 80 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2529,96Kcal	białko	113,636g	tłuszcz	141,707g	węglow.przysw.	340,427g
	nasycone kwasy tł.	66,089 g	błonnik	28,048g	sól	3,14 g	cukier prosty	56,903 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	1897,57 Kcal	białko	37,447 g	tłuszcz	44,765 g	węglow.przysw.	371,945 g
	nasycone kwasy tł.	27,539 g	błonnik	37,058 g	sól	0,035 g	cukier prosty	51,296 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie mianna na rosale jarkim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosale jarkim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, kompot 250 ml,

Kolacja ryż na rosale jarkim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1984,09 Kcal	białko	33,346 g	tłuszcz	50,013 g	węglow.przysw.	378,636 g
	nasycone kwasy tł.	30,924 g	błonnik	33,883 g	sól	0,016 g	cukier prosty	55,642 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2177,51 Kcal	białko	81,248 g	tłuszcz	124,745 g	węglow.przysw.	306,073 g
	nasycone kwasy tł.	51,781 g	błonnik	26,713 g	sól	1,978 g	cukier prosty	56,664 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie mianna na rosale jarkim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2289,99 Kcal	białko	95,93 g	tłuszcz	115,717 g	węglow.przysw.	331,846 g
	nasycone kwasy tł.	54,365 g	błonnik	30,198 g	sól	1,86 g	cukier prosty	50,792 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosale jarkim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	1960,10Kcal	białko	36,675g	tłuszcz	48,373g	węglow.przysw.	369,35g
	nasycone kwasy tł.	31,924 g	błonnik	30,378g	sól	0,404 g	cukier prosty	103,206 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka opiekana 140 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	keks 100g 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2936,99Kcal	białko	118,496g	tłuszcz	166,407g	węglow.przysw.	400,327g
	nasycone kwasy tł.	78,662 g	błonnik	38,593g	sól	3,13 g	cukier prosty	118,408 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka wieprzowa 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	keks 100g 100 g,
Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2601,71Kcal	białko	104,216g	tłuszcz	148,497g	węglow.przysw.	360,912g
	nasycone kwasy tł.	64,607 g	błonnik	28,328g	sól	2,326 g	cukier prosty	117,788 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	mandarynka 80 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2487,14Kcal	białko	119,106g	tłuszcz	150,062g	węglow.przysw.	324,277g
	nasycone kwasy tł.	70,693 g	błonnik	39,738g	sól	3,916 g	cukier prosty	7,343 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka wieprzowa 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	keks 100g 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2592,61Kcal	białko	102,616g	tłuszcz	139,267g	węglow.przysw.	360,832g
	nasycone kwasy tł.	64,507 g	błonnik	28,328g	sól	2,106 g	cukier prosty	117,718 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka wieprzowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

Podwieczorek	mandarynka 80 g,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 50 g, sałatka makaronowa z filetem i cukinią (GLU,SEL) 120 g, herbata gorzka 250 ml,					
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2478,04Kcal	białko	117,506g	tłuszcz	140,832g
	nasycone kwasy tł.	70,593 g	błonnik	39,738g	sól	3,696 g
					węglow.przysw.	324,197 g
					cukier prosty	7,273 g

wtorek - 26-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet mielony 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	mandarynka 80 g,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2439,49Kcal	białko	74,994g	tłuszcz	73,003g
	nasycone kwasy tł.	57,862 g	błonnik	34,263g	sól	3,849 g
					węglow.przysw.	393,044g
					cukier prosty	62,595 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	mandarynka 80 g,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2561,13Kcal	białko	76,781g	tłuszcz	86,058g
	nasycone kwasy tł.	64,866 g	błonnik	32,148g	sól	3,464 g
					węglow.przysw.	382,206g
					cukier prosty	62,942 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 0 g,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2549,73Kcal	białko	72,683g	tłuszcz	79,298g
	nasycone kwasy tł.	59,547 g	błonnik	32,548g	sól	3,436 g
					węglow.przysw.	412,598g
					cukier prosty	61,569 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 0 g,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet. 2624,13 Kcal	białko 72,753 g	tłuszcz 87,498 g	węglow.przysw. 412,668 g
	nasycone kwasy tł. 64,947 g	błonnik 32,548 g	sól 3,438 g	cukier prosty 61,639 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet. 2549,13 Kcal	białko 83,583 g	tłuszcz 87,098 g	węglow.przysw. 394,196 g
	nasycone kwasy tł. 64,751 g	błonnik 41,898 g	sól 3,495 g	cukier prosty 13,512 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet. 2663,78 Kcal	białko 88,981 g	tłuszcz 84,013 g	węglow.przysw. 424,476 g
	nasycone kwasy tł. 62,658 g	błonnik 42,563 g	sól 4,269 g	cukier prosty 33,637 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet. 2220,05 Kcal	białko 65,659 g	tłuszcz 76,208 g	węglow.przysw. 340,599 g
	nasycone kwasy tł. 57,132 g	błonnik 28,078 g	sól 2,419 g	cukier prosty 55,345 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2210,18 Kcal	białko	71,693 g	tłuszcz	76,678 g	węglow.przysw.	336,956 g
	nasycone kwasy tł.	57,275 g	błonnik	40,298 g	sól	2,445 g	cukier prosty	5,607 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 60 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml, budyn b/c 200 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2969,78 Kcal	białko	96,711 g	tłuszcz	99,688 g	węglow.przysw.	437,516 g
	nasycone kwasy tł.	73,668 g	błonnik	34,228 g	sól	4,627 g	cukier prosty	64,957 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie manna na rosole jarским (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja płatki owsiane na rosole jarским (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2187,52 Kcal	białko	52,14 g	tłuszcz	68,343 g	węglow.przysw.	372,71 g
	nasycone kwasy tł.	45,25 g	błonnik	37,513 g	sól	0,042 g	cukier prosty	52,781 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie manna na rosole jarским (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad kasza jęczmienna na rosole jarским (GLU, SEL) 300 ml, ryż z masłem i jabłkiem gotowanym 300 g, kompot 250 ml,

Kolacja płatki owsiane na rosole jarским (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	1854,84Kcal	białko	30,636 g	tłuszcz	56,593 g	węglow.przysw.	328,656 g
	nasycone kwasy tł.	35,228 g	błonnik	28,523 g	sól	0,058 g	cukier prosty	52,262 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2478,70Kcal	białko	65,502 g	tłuszcz	95,363 g	węglow.przysw.	361,409 g
	nasycone kwasy tł.	70,911 g	błonnik	30,158 g	sól	0,505 g	cukier prosty	53,245 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2222,18Kcal	białko	67,171 g	tłuszcz	72,533 g	węglow.przysw.	339,346 g
	nasycone kwasy tł.	56,974 g	błonnik	31,988 g	sól	2,38 g	cukier prosty	51,972 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, kefir 150 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, mandarynka 80 g, brokuły gotowane 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2374,52Kcal	białko	74,573 g	tłuszcz	85,553 g	węglow.przysw.	350,018 g
	nasycone kwasy tł.	59,405 g	błonnik	28,863 g	sól	1,907 g	cukier prosty	63,429 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie	bułka z szynką (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
-------------------------	---

dieta	wartość energet.	413,55Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 60 g, kefir 150 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet mielony 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	mandarynka 80 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2586,84Kcal	białko	82,729 g	tłuszcz	90,753 g	węglow.przysw.	390,539 g
	nasycone kwasy tł.	68,78 g	błonnik	36,023 g	sól	5,015 g	cukier prosty	64,715 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 60 g, kefir 150 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sos jarzynowy 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	chałka 80 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2804,71 Kcal	białko	88,78 g	tłuszcz	101,538 g
	nasycone kwasy tł.	73,943 g	błonnik	37,198 g	sól	4,642 g
						węglow.przysw. 414,17 g
						cukier prosty 65,616 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	kefir 150 g,					
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sos jarzynowy 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	gruszka 200 g,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,					
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2628,86 Kcal	białko	83,89 g	tłuszcz	92,373 g
	nasycone kwasy tł.	66,67 g	błonnik	52,583 g	sól	3,711 g
						węglow.przysw. 409,71 g
						cukier prosty 33,681 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sos jarzynowy 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	mandarynka 80 g,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2812,31 Kcal	białko	83,24 g	tłuszcz	98,628 g
	nasycone kwasy tł.	71,961 g	błonnik	37,218 g	sól	3,479 g
						węglow.przysw. 428,06 g
						cukier prosty 63,706 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, kefir 150 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Obiad	zupa jarzynowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet w sosie jarzynowym 180 g, sos jarzynowy 80 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 0 g,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 20 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,					
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
dieta	wartość energet.	2591,56 Kcal	białko	86,94 g	tłuszcz	95,683 g
	nasycone kwasy tł.	69,836 g	błonnik	42,673 g	sól	4,286 g
						węglow.przysw. 382,86 g
						cukier prosty 14,301 g

środa - 27-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, filet drobiowy panierowany (JAJ, MLE, GLU) 100 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 0 g,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	3165,05 Kcal	białko	103,724 g	tłuszcz	100,373 g	węglow.przysw.	484,289 g
	nasycone kwasy tł.	76,522 g	błonnik	39,633 g	sól	1,334 g	cukier prosty	95,82 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	chałka 80 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2890,32 Kcal	białko	95,50 g	tłuszcz	75,373 g	węglow.przysw.	467,17 g
	nasycone kwasy tł.	51,833 g	błonnik	29,653 g	sól	0,864 g	cukier prosty	93,996 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaróg (MLE) 70 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2581,31 Kcal	białko	94,417 g	tłuszcz	70,248 g	węglow.przysw.	420,972 g
	nasycone kwasy tł.	46,784 g	błonnik	33,903 g	sól	0,835 g	cukier prosty	54,593 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg (MLE) 70 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2655,71 Kcal	białko	94,487 g	tłuszcz	78,448 g	węglow.przysw.	421,042 g
	nasycone kwasy tł.	52,184 g	błonnik	33,903 g	sól	0,837 g	cukier prosty	54,663 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2163,37 Kcal	białko	79,862 g	tłuszcz	71,398 g	węglow.przysw.	331,795 g
	nasycone kwasy tł.	47,454 g	błonnik	41,788 g	sól	0,953 g	cukier prosty	6,631 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2462,50 Kcal	białko	91,214 g	tłuszcz	73,063 g	węglow.przysw.	397,029 g
	nasycone kwasy tł.	47,397 g	błonnik	48,483 g	sól	1,731 g	cukier prosty	26,97 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosół jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2114,85 Kcal	białko	74,739 g	tłuszcz	57,928 g	węglow.przysw.	341,359 g
	nasycone kwasy tł.	39,426 g	błonnik	27,788 g	sól	0,915 g	cukier prosty	55,39 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, kiełbasa szynkowa 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2123,37 Kcal	białko	84,152 g	tłuszcz	75,853 g	węglow.przysw.	300,25 g
	nasycone kwasy tł.	54,398 g	błonnik	35,003 g	sól	0,86 g	cukier prosty	5,501 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, ser biały (MLE) 100 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	3034,92 Kcal	białko	105,33 g	tłuszcz	85,448 g	węglow.przysw.	476,455 g
	nasycone kwasy tł.	57,159 g	błonnik	34,158 g	sól	1,407 g	cukier prosty	96,666 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie płatki owsiane na rosół jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, miód naturalny 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos pietruszkowy 50 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja kasza jęczmienna na rosół jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2281,42 Kcal	białko	50,54 g	tłuszcz	59,273 g	węglow.przysw.	421,40 g
	nasycone kwasy tł.	39,069 g	błonnik	41,053 g	sól	0,081 g	cukier prosty	90,101 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie płatki owsiane na rosół jaskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosół jaskim (SEL, MLE) 300 ml, mian z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja kasza jęczmienna na rosół jaskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2018,72 Kcal	białko	34,16 g	tłuszcz	52,053 g	węglow.przysw.	388,295 g
	nasycone kwasy tł.	31,544 g	błonnik	40,413 g	sól	0,06 g	cukier prosty	50,906 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie płatki kukurydziane na mleku 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, miód naturalny 30 g, twaróg (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2496,69 Kcal	białko	69,784 g	tłuszcz	72,928 g	węglow.przysw.	411,511 g
	nasycone kwasy tł.	47,371 g	błonnik	33,063 g	sól	0,16 g	cukier prosty	82,792 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie płatki owsiane na rosół jaskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosół jaskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2206,56 Kcal	białko	61,407 g	tłuszcz	56,403 g	węglow.przysw.	372,647 g
	nasycone kwasy tł.	38,456 g	błonnik	28,153 g	sól	0,747 g	cukier prosty	89,203 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos pietruszkowy 50 g, marchewka duszona 120 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2564,46 Kcal	białko	71,892 g	tłuszcz	77,013 g	węglow.przysw.	421,977 g
	nasycone kwasy tł.	50,466 g	błonnik	37,408 g	sól	0,222 g	cukier prosty	94,958 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie bułka z szynką (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	413,55 Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, ser biały (MLE) 100 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, filet drobiowy panierowany (JAJ, MLE, GLU) 100 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	3303,10 Kcal	białko	110,739 g	tłuszcz	118,433 g	węglow.przysw.	479,204 g
	nasycone kwasy tł.	87,605 g	błonnik	40,833 g	sól	1,787 g	cukier prosty	97,57 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, miód naturalny 50 g, ser biały (MLE) 100 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2795,32 Kcal	białko	98,45 g	tłuszcz	81,803 g	węglow.przysw.	438,88 g
	nasycone kwasy tł.	54,129 g	błonnik	28,603 g	sól	1,314 g	cukier prosty	95,746 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser biały (MLE) 100 g, pomidor 60 g, mandarynka 80 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2810,92 Kcal	białko	110,70 g	tłuszcz	91,773 g	węglow.przysw.	420,255 g
	nasycone kwasy tł.	59,85 g	błonnik	45,933 g	sól	2,183 g	cukier prosty	8,606 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, mandarynka 80 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek chrupki kukurydziane 30 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet. 2735,42 Kcal	białko 92,07 g	tłuszcz 77,553 g	węglow.przysw. 441,40 g
	nasycone kwasy tł. 51,173 g	błonnik 30,333 g	sól 0,864 g	cukier prosty 94,206 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg (MLE) 70 g, mandarynka 80 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,			
Obiad	zupa pomidorowa z ryżem (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, zrazik drobiowy z udźca gotowany 70 g, sos pietruszkowy 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, fasolka szparagowa gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,			
Podwieczorek	chrupki kukurydżane 30 g,			
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,			
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,			
dieta	wartość energet. 2192,02 Kcal	białko 85,505 g	tłuszcz 64,493 g	węglow.przysw. 350,55 g
	nasycone kwasy tł. 42,759 g	błonnik 43,853 g	sól 1,726 g	cukier prosty 6,761 g

czwartek - 28-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL,JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata 250 ml,			
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, gulasz (GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot 250 ml,			
Podwieczorek	banan 200 g,			
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,			
dieta	wartość energet. 2635,96 Kcal	białko 84,254 g	tłuszcz 82,009 g	węglow.przysw. 412,659 g
	nasycone kwasy tł. 62,50 g	błonnik 40,343 g	sól 2,298 g	cukier prosty 58,94 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL,JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,			
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,			
Podwieczorek	banan 200 g,			
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, herbata 250 ml,			
dieta	wartość energet. 2528,65 Kcal	białko 77,286 g	tłuszcz 76,824 g	węglow.przysw. 390,566 g
	nasycone kwasy tł. 56,292 g	błonnik 33,853 g	sól 2,601 g	cukier prosty 58,887 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL,JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,			
Obiad	płatki owsiane na rosół jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,			
Podwieczorek	banan 200 g,			
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, herbata 250 ml,			

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2359,01 Kcal	białko	74,904 g	tłuszcz	72,294 g	węglow.przysw.	374,389 g
	nasycone kwasy tł.	51,872 g	błonnik	33,073 g	sól	2,587 g	cukier prosty	57,63 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	banan 200 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2433,41 Kcal	białko	74,974 g	tłuszcz	80,494 g	węglow.przysw.	374,459 g
	nasycone kwasy tł.	57,272 g	błonnik	33,073 g	sól	2,589 g	cukier prosty	57,7 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU, MLE, SOJ) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2214,18 Kcal	białko	77,612 g	tłuszcz	82,674 g	węglow.przysw.	324,94 g
	nasycone kwasy tł.	58,024 g	błonnik	46,248 g	sól	3,454 g	cukier prosty	10,766 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU, MLE, SOJ) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2341,08 Kcal	białko	82,385 g	tłuszcz	81,564 g	węglow.przysw.	354,67 g
	nasycone kwasy tł.	57,864 g	błonnik	46,913 g	sól	3,453 g	cukier prosty	30,691 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2169,01 Kcal	białko	72,904 g	tłuszcz	71,694 g	węglow.przysw.	327,389 g
	nasycone kwasy tł.	51,452 g	błonnik	29,673 g	sól	2,587 g	cukier prosty	57,63 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	1896,50 Kcal	białko	67,163 g	tłuszcz	71,889 g	węglow.przysw.	268,166 g
	nasycone kwasy tł.	52,081 g	błonnik	39,913 g	sól	2,674 g	cukier prosty	10,372 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 60 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie kasza jaglana na mleku (MLE) 200 ml,

Obiad zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek banan 200 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 80 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2457,95 Kcal	białko	77,041 g	tłuszcz	77,864 g	węglow.przysw.	377,456 g
	nasycone kwasy tł.	56,546 g	błonnik	33,753 g	sól	2,819 g	cukier prosty	59,092 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, sos jarzynowy 80 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1666,68 Kcal	białko	33,156 g	tłuszcz	39,683 g	węglow.przysw.	316,041 g
	nasycone kwasy tł.	24,767 g	błonnik	32,943 g	sól	0,324 g	cukier prosty	55,917 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

diet	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jabłko gotowane 200 g, kompot 250 ml,
Kolacja	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, herbata 250 ml.

die ta	wartość energet. 1936,64 Kcal	białko 32,746 g	tłuszcz 50,853 g	węglow.przysw. 369,166 g
	nasycone kwasy tł. 30,584 g	błonnik 37,243 g	sól 0,136 g	cukier prosty 51,172 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza gryczana 180 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 80 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml.

diet	wartość energet.	2002,66 Kcal	białko	58,792 g	tłuszcz	62,494 g	węglow.przysw.	314,649 g
	nasycone kwasy tł.	36,539 g	błonnik	30,593 g	sól	0,261 g	cukier prosty	57,315 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml.

diet	wartość energet.	2012,89 Kcal	białko	68,303 g	tłuszcz	52,654 g	węglow.przysw.	320,518 g
	nasycone kwasy tł.	36,661 g	błonnik	31,003 g	sól	2,634 g	cukier prosty	58,084 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, papryka świeża 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2182,81 Kcal	białko	62,229 g	tłuszcz	73,069 g	węglow.przysw.	337,829 g
	nasycone kwasy tł.	50,09 g	błonnik	29,813 g	sól	1,091 g	cukier prosty	57,775 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie: bułka z szynką (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,								
dieta	wartość energet.	413,55 Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, gulasz (GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	banan 200 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2722,71 Kcal	białko	87,569 g	tłuszcz	98,559 g	węglow.przysw.	402,244 g
	nasycone kwasy tł.	72,554 g	błonnik	41,893 g	sól	2,238 g	cukier prosty	59,71 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	banan 200 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2365,41 Kcal	białko	69,124 g	tłuszcz	73,864 g	węglow.przysw.	375,194 g
	nasycone kwasy tł.	50,276 g	błonnik	30,813 g	sól	2,161 g	cukier prosty	58,11 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 200 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU, MLE, SOJ) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2464,10 Kcal	białko	91,741 g	tłuszcz	102,104 g	węglow.przysw.	329,071 g
	nasycone kwasy tł.	72,239 g	błonnik	45,123 g	sól	3,028 g	cukier prosty	10,467 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	banan 200 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2782,85 Kcal	białko	86,296 g	tłuszcz	94,724 g	węglow.przysw.	419,221 g
	nasycone kwasy tł.	68,142 g	błonnik	34,903 g	sól	2,176 g	cukier prosty	58,657 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, szynka konserwowa 50 g, papryka świeża 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, mizeria z kefirem 120 g, kompot 250 ml, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU, MLE, SOJ) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2174,56Kcal	białko	70,596g	tłuszcz	67,647g	węglow.przysw.	352,193g
	nasycone kwasy tł.	44,249 g	błonnik	42,841g	sól	3,502 g	cukier prosty	29,995 g

piątek - 29-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba smażona 150 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,
Kolacja	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2864,43 Kcal	białko	106,233 g	tłuszcz	85,462 g	węglow.przysw.	434,339 g
	nasycone kwasy tł.	69,292 g	błonnik	42,01 g	sól	3,064 g	cukier prosty	65,051 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml.

dieta	wartość energet.	2384,71 Kcal	białko	86,83 g	tłuszcz	67,29 g	węglow.przysw.	362,588 g
	nasycone kwasy tł.	48,103 g	błonnik	29,628 g	sól	2,087 g	cukier prosty	67,96 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml.

dieta	wartość energet.	2292,53Kcal	białko	83,601 g	tłuszcz	70,196 g	węglow.przysw.	348,241 g
	nasycone kwasy tł.	50,24 g	błonnik	27,808g	sól	2,094 g	cukier prosty	68,143 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml.

dieta	wartość energet.	2361,33 Kcal	białko	83,551 g	tłuszcz	78,676 g	węglow.przysw.	347,591 g
	nasycone kwasy tł.	55,728 g	błonnik	28,968 g	sól	2,096 g	cukier prosty	68,493 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot gorzki 300 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

Podwieczorek	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
dieta	wartość energet. 2466,89 Kcal białko 91,545 g tłuszcz 78,689 g węglow.przysw. 383,827 g nasycone kwasy tł. 55,095 g błonnik 53,495 g sól 3,012 g cukier prosty 9,324 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba smażona 150 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
dieta	wartość energet. 2817,31 Kcal białko 105,054 g tłuszcz 102,804 g węglow.przysw. 402,898 g nasycone kwasy tł. 79,764 g błonnik 48,86 g sól 3,077 g cukier prosty 27,635 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
dieta	wartość energet. 1891,65 Kcal białko 66,227 g tłuszcz 59,716 g węglow.przysw. 289,827 g nasycone kwasy tł. 44,114 g błonnik 24,528 g sól 1,9 g cukier prosty 52,989 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
dieta	wartość energet. 1963,74 Kcal białko 76,577 g tłuszcz 62,019 g węglow.przysw. 292,824 g nasycone kwasy tł. 43,729 g błonnik 41,24 g sól 2,894 g cukier prosty 3,811 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba gotowana 100 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, polędwica z warzywami 40 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2587,78 Kcal	białko	109,677 g	tłuszcz	74,70 g	węglow.przysw.	376,433 g
	nasycone kwasy tł.	51,691 g	błonnik	31,99 g	sól	3,318 g	cukier prosty	59,145 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1718,54 Kcal	białko	35,657 g	tłuszcz	37,093 g	węglow.przysw.	333,267 g
	nasycone kwasy tł.	23,623 g	błonnik	31,503 g	sól	0,083 g	cukier prosty	50,849 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie	zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,
Drugie śniadanie	zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,
Obiad	zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,
Podwieczorek	zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,
Kolacja	zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie	ryż na wodzie 300 ml,
Obiad	ryż na wodzie 300 ml,
Kolacja	ryż na wodzie 300 ml,

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ryż z masłem i jabłkiem gotowanym 300 g, jabłko gotowane 200 g, kompot 250 ml,
Kolacja	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1886,72 Kcal	białko	31,44 g	tłuszcz	50,953 g	węglow.przysw.	350,52 g
	nasycone kwasy tł.	31,212 g	błonnik	33,123 g	sól	0,146 g	cukier prosty	53,046 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2314,34 Kcal	białko	63,616 g	tłuszcz	73,497 g	węglow.przysw.	358,184 g
	nasycone kwasy tł.	50,515 g	błonnik	34,105 g	sól	1,168 g	cukier prosty	53,551 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 30 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2108,75Kcal	białko	71,765 g	tłuszcz	56,997 g	węglow.przysw.	334,488 g
	nasycone kwasy tł.	43,929 g	błonnik	32,914 g	sól	2,336 g	cukier prosty	53,189 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba smażona 150 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

die ta	wartość energet.	2838,25 Kcal	białko	89,475 g	tłuszcz	103,504 g	węglow.przysw.	410,884 g
	nasycone kwasy tł.	79,645 g	błonnik	32,935 g	sól	1,203 g	cukier prosty	51,82 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie: bułka z szynką (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,								
dieta	wartość energet.	413,55 Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb razowy (GLU) 30 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,							
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba smażona 150 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,							
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, polędwica z warzywami 40 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2866,69 Kcal	białko	111,128 g	tłuszcz	103,57 g	węglow.przysw.	399,199 g
	nasycone kwasy tł.	81,875 g	błonnik	40,385 g	sól	3,065 g	cukier prosty	65,191 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, herbata 250 ml,							
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, polędwica z warzywami 40 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2472,39 Kcal	białko	93,724 g	tłuszcz	81,156 g	węglow.przysw.	360,994 g
	nasycone kwasy tł.	58,538 g	błonnik	27,348 g	sól	2,307 g	cukier prosty	66,136 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, polędwica z warzywami 40 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z jajkiem (GLU,MLE, JAJ) 100 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet. 2668,49Kcal	białko 107,185g	tłuszcz 97,325g	węglow.przysw. 372,129g
	nasycone kwasy tł. 70,474 g	błonnik 48,02g	sól 3,009 g	cukier prosty 9,291 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	jogurt owocowy (MLE) 100 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet. 2646,39Kcal	białko 90,314g	tłuszcz 80,166g	węglow.przysw. 414,534g
	nasycone kwasy tł. 57,019 g	błonnik 32,398g	sól 2,307 g	cukier prosty 66,136 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, hache rybne we włoszczyźnie (RYB, SEL) 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet. 2249,29Kcal	białko 89,065g	tłuszcz 84,785g	węglow.przysw. 307,109g
	nasycone kwasy tł. 60,622 g	błonnik 40,645g	sól 3,008 g	cukier prosty 9,256 g

sobota - 30-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kisiel 200 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet. 2390,19Kcal	białko 82,23g	tłuszcz 46,043g	węglow.przysw. 434,285g
	nasycone kwasy tł. 28,721 g	błonnik 38,203g	sól 1,433 g	cukier prosty 84,055 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kisiel 200 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet. 2433,34Kcal	białko 77,465g	tłuszcz 51,813g	węglow.przysw. 423,915g
	nasycone kwasy tł. 33,758 g	błonnik 31,933g	sól 1,061 g	cukier prosty 84,055 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kisiel 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2291,10Kcal	białko	75,073g	tłuszcz	45,923g	węglow.przysw.	415,808g
	nasycone kwasy tł.	28,689 g	błonnik	29,183g	sól	1,028 g	cukier prosty	83,719 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kisiel 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2365,50Kcal	białko	75,143g	tłuszcz	54,123g	węglow.przysw.	415,878g
	nasycone kwasy tł.	34,089 g	błonnik	29,183g	sól	1,03 g	cukier prosty	83,789 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek kisiel b/c 200 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	1998,82Kcal	białko	68,061g	tłuszcz	51,513g	węglow.przysw.	352,409g
	nasycone kwasy tł.	31,865 g	błonnik	44,713g	sól	1,061 g	cukier prosty	5,649 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kisiel b/c 200 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2197,97Kcal	białko	79,709g	tłuszcz	54,928g	węglow.przysw.	382,964g
	nasycone kwasy tł.	34,272 g	błonnik	45,378g	sól	2,21 g	cukier prosty	25,774 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	1929,78 Kcal	białko	62,013 g	tłuszcz	35,373 g	węglow.przysw.	359,888 g
	nasycone kwasy tł.	23,188 g	błonnik	26,423 g	sól	1,014 g	cukier prosty	73,179 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, twaróg z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	1801,87 Kcal	białko	62,077 g	tłuszcz	43,763 g	węglow.przysw.	314,375 g
	nasycone kwasy tł.	28,479 g	błonnik	38,683 g	sól	1,057 g	cukier prosty	5,33 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, ser biały (MLE) 100 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kisiel 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2632,39 Kcal	białko	98,805 g	tłuszcz	66,643 g	węglow.przysw.	425,78 g
	nasycone kwasy tł.	43,478 g	błonnik	31,933 g	sól	1,776 g	cukier prosty	86,1 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, dżem owocowy 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2028,22 Kcal	białko	38,53 g	tłuszcz	39,913 g	węglow.przysw.	412,575 g
	nasycone kwasy tł.	25,324 g	błonnik	39,643 g	sól	0,074 g	cukier prosty	70,131 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, manna z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1999,52 Kcal	białko	33,88 g	tłuszcz	52,293 g	węglow.przysw.	376,18 g
	nasycone kwasy tł.	31,564 g	błonnik	39,443 g	sól	0,24 g	cukier prosty	55,106 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, brokuły gotowane 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2316,52 Kcal	białko	61,343 g	tłuszcz	66,663 g	węglow.przysw.	388,445 g
	nasycone kwasy tł.	41,978 g	błonnik	34,203 g	sól	0,209 g	cukier prosty	56,035 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec we włoszczyźnie (udziec) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1966,06 Kcal	białko	60,987 g	tłuszcz	41,833 g	węglow.przysw.	347,622 g
	nasycone kwasy tł.	26,073 g	błonnik	32,043 g	sól	2,125 g	cukier prosty	52,643 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2432,36 Kcal	białko	68,827 g	tłuszcz	68,703 g	węglow.przysw.	412,512 g
	nasycone kwasy tł.	44,474 g	błonnik	34,043 g	sól	0,781 g	cukier prosty	72,622 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie	bułka z szynką (GLU, MLE, SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
-------------------------	---

dieta	wartość energet.	413,55 Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb razowy (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kisiel 200 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2341,74Kcal	białko	79,245 g	tłuszcz	60,803 g	węglow.przysw.	396,89 g
	nasycone kwasy tł.	37,883 g	błonnik	35,863 g	sól	1,436 g	cukier prosty	84,265 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, dżem owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kisiel 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2340,44Kcal	białko	74,83 g	tłuszcz	49,813 g	węglow.przysw.	421,295 g
	nasycone kwasy tł.	31,339 g	błonnik	31,933 g	sól	1,383 g	cukier prosty	81,86 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek kisiel b/c 200 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 50 g, ser żółty (MLE) 20 g, sałata zielona 10 g, brokuły gotowane 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2430,29Kcal	białko	90,755 g	tłuszcz	75,978 g	węglow.przysw.	381,90 g
	nasycone kwasy tł.	47,684 g	błonnik	44,888 g	sól	2,274 g	cukier prosty	7,38 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, 2 bułki (GLU) 100 g, twaróg z mlekiem (MLE) 50 g, dżem owocowy 50 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kisiel 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2462,54Kcal	białko	86,62 g	tłuszcz	53,063 g	węglow.przysw.	429,585 g
	nasycone kwasy tł.	34,123 g	błonnik	28,983 g	sól	1,433 g	cukier prosty	84,16 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twaróg z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko 200 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, buraczki duszone 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek kisiel b/c 200 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 20 g, kielbasa krakowska 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	1898,84Kcal	białko	68,357 g	tłuszcz	53,263 g	węglow.przysw.	317,73 g
	nasycone kwasy tł.	34,329 g	błonnik	38,683 g	sól	1,432 g	cukier prosty	5,435 g

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

niedziela - 31-12-2023

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka opiekana 140 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	herbatniki 25 g,							
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2277,26 Kcal	białko	96,177 g	tłuszcz	62,773 g	węglow.przysw.	353,772 g
	nasycone kwasy tł.	48,50 g	błonnik	32,898 g	sól	2,747 g	cukier prosty	65,543 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, herbata 250 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	herbatniki 25 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2378,53 Kcal	białko	96,773 g	tłuszcz	72,583 g	węglow.przysw.	344,548 g
	nasycone kwasy tł.	54,822 g	błonnik	28,018 g	sól	2,472 g	cukier prosty	64,874 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, herbata 250 ml,							
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2391,76 Kcal	białko	98,387 g	tłuszcz	82,303 g	węglow.przysw.	339,862 g
	nasycone kwasy tł.	60,777 g	błonnik	29,673 g	sól	1,321 g	cukier prosty	64,858 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, herbata 250 ml,						
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,						
Podwieczorek	chrupki kukurydziane 30 g,						
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,						
dieta	wartość energet.	2466,16 Kcal	białko	98,457 g	tłuszcz	90,503 g	węglow.przysw. 339,932 g
	nasycone kwasy tł.	66,177 g	błonnik	29,673 g	sól	1,323 g	cukier prosty 64,928 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	herbatniki fit 30 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2363,96Kcal	białko	103,459 g	tłuszcz	79,813 g	węglow.przysw.	346,092 g
	nasycone kwasy tł.	57,366 g	błonnik	42,213 g	sól	2,993 g	cukier prosty	8,378 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,							
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	herbatniki fit 30 g,							
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,							
Posiłek nocny	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,							
diet a	wartość energet.	2478,61 Kcal	białko	108,857 g	tłuszcz	76,728 g	węglow.przysw.	376,372 g
	nasycone kwasy tł.	55,273 g	błonnik	42,878 g	sól	3,767 g	cukier prosty	28,503 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, herbata 250 ml,							
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2170,56 Kcal	białko	95,167 g	tłuszcz	71,773 g	węglow.przysw.	309,352 g
	nasycone kwasy tł.	51,651 g	błonnik	26,993 g	sól	2,484 g	cukier prosty	57,528 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot gorzki 300 ml,							
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2041,93 Kcal	białko	95,025 g	tłuszcz	71,103 g	węglow.przysw.	282,138 g
	nasycone kwasy tł.	52,028 g	błonnik	36,563 g	sól	2,482 g	cukier prosty	7,379 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 60 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,							
Drugie śniadanie	jogurt owocowy (MLE) 100 g,							
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,							
Podwieczorek	herbatniki 25 g,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, szynka drobiowa 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,							
dieta	wartość energet.	2503,58 Kcal	białko	101,313 g	tłuszcz	77,243 g	węglow.przysw.	372,258 g
	nasycone kwasy tł.	56,779 g	błonnik	33,008 g	sól	3,181 g	cukier prosty	65,999 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2080,52 Kcal	białko	48,78 g	tłuszcz	57,623 g	węglow.przysw.	373,415 g
	nasycone kwasy tł.	38,979 g	błonnik	36,743 g	sól	0,036 g	cukier prosty	51,331 g

12. Dieta papkowata

Śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, kompot 250 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mianą (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1845,40 Kcal	białko	131,864 g	tłuszcz	51,843 g	węglow.przysw.	243,204 g
	nasycone kwasy tł.	32,166 g	błonnik	36,093 g	sól	0,025 g	cukier prosty	50,51 g

13. Dieta płynna

Śniadanie ryż na wodzie 300 ml,

Obiad ryż na wodzie 300 ml,

Kolacja ryż na wodzie 300 ml,

dieta	wartość energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	węglow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona

Śniadanie mianna na rosale jarkim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosale jarkim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, kompot 250 ml,

Kolacja ryż na rosale jarkim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1984,09 Kcal	białko	33,346 g	tłuszcz	50,013 g	węglow.przysw.	378,636 g
	nasycone kwasy tł.	30,924 g	błonnik	33,883 g	sól	0,016 g	cukier prosty	55,642 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2130,10 Kcal	białko	71,622 g	tłuszcz	76,673 g	węglow.przysw.	308,944 g
	nasycone kwasy tł.	51,81 g	błonnik	28,423 g	sól	0,128 g	cukier prosty	55,95 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie mianna na rosale jarkim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2223,96 Kcal	białko	92,807 g	tłuszcz	68,353 g	węglow.przysw.	322,882 g
	nasycone kwasy tł.	50,818 g	błonnik	30,913 g	sól	2,376 g	cukier prosty	51,928 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosale jarkim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy 80 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	1853,32 Kcal	białko	42,755 g	tłuszcz	51,633 g	węglow.przysw.	329,60 g
	nasycone kwasy tł.	34,299 g	błonnik	30,023 g	sól	0,404 g	cukier prosty	64,706 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie śniadanie bułka z szynką (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	413,55 Kcal	białko	10,222 g	tłuszcz	12,21 g	węglow.przysw.	69,74 g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05 g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka opiekana 140 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2384,46 Kcal	białko	96,962 g	tłuszcz	79,103 g	węglow.przysw.	351,117 g
	nasycone kwasy tł.	58,902 g	błonnik	34,163 g	sól	2,978 g	cukier prosty	65,903 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, herbata 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2400,68 Kcal	białko	97,243 g	tłuszcz	79,133 g	węglow.przysw.	348,388 g
	nasycone kwasy tł.	57,982 g	błonnik	28,083 g	sól	2,7 g	cukier prosty	65,234 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie śniadanie jogurt naturalny (MLE) 100 g,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2386,93 Kcal	białko	108,533 g	tłuszcz	85,318 g	węglow.przysw.	332,338 g
	nasycone kwasy tł.	61,283 g	błonnik	40,008 g	sól	3,875 g	cukier prosty	13,859 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, herbata 250 ml,

Obiad rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek herbatniki 25 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 25.12.2023 do 01.01.2024

dieta	wartość energet.	2378,83 Kcal	białko	96,833 g	tłuszcz	78,583 g	węglow.przysw.	344,548 g
	nasycone kwasy tł.	57,522 g	błonnik	28,018 g	sól	2,472 g	cukier prosty	65,084 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (10-18 lat)

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek świeży 60 g,
Obiad	rosół z makaronem (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, noga z kurczaka w jarzynach 150 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	herbatniki fit 30 g,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2075,08 Kcal	białko	98,677 g	tłuszcz	65,123 g	węglow.przysw.	308,073 g
	nasycone kwasy tł.	48,078 g	błonnik	37,943 g	sól	2,986 g	cukier prosty	8,219 g

Osoba sporządzająca:

Tamara Wydrzycka

Marta Lefek-Dryja