

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

poniedziałek - 01-04-2024

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, szynkowa dębowa 30 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet schabowy 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,					

dieta	wartość energet.	2707,92 Kcal	białko	89,609 g	tłuszcz	159,934 g	węglow.przysw.	360,048 g
	nasycone kwasy tł.	85,007 g	błonnik	35,053 g	sól	3,782 g	cukier prosty	69,949 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,					

dieta	wartość energet.	2179,95 Kcal	białko	76,056 g	tłuszcz	121,436 g	węglow.przysw.	320,283 g
	nasycone kwasy tł.	48,805 g	błonnik	25,568 g	sól	3,373 g	cukier prosty	69,844 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 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, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,					

dieta	wartość energet.	2008,41 Kcal	białko	73,204 g	tłuszcz	116,756 g	węglow.przysw.	304,616 g
	nasycone kwasy tł.	44,361 g	błonnik	25,628 g	sól	3,359 g	cukier prosty	69,637 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 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, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,					

dieta	wartość energet.	2082,81 Kcal	białko	73,274 g	tłuszcz	124,956 g	węglow.przysw.	304,686 g
	nasycone kwasy tł.	49,761 g	błonnik	25,628 g	sól	3,361 g	cukier prosty	69,707 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny sok pomidorowy ,3 l,

dieta	wartość energet.	2008,42 Kcal	białko	76,961 g	tłuszcz	128,024 g	węglow.przysw.	283,633 g
	nasycone kwasy tł.	54,887 g	błonnik	36,868 g	sól	3,388 g	cukier prosty	12,369 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

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

Drugie śniadanie jogurt naturalny (MLE) 100 g,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny sok pomidorowy ,3 l,

dieta	wartość energet.	2135,32 Kcal	białko	81,734 g	tłuszcz	126,914 g	węglow.przysw.	313,363 g
	nasycone kwasy tł.	54,727 g	błonnik	37,533 g	sól	3,387 g	cukier prosty	32,294 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynkowa dębowa 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica sopocka 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1922,99 Kcal	białko	69,803 g	tłuszcz	114,655 g	węglow.przysw.	291,516 g
	nasycone kwasy tł.	42,961 g	błonnik	25,228 g	sól	3,259 g	cukier prosty	56,537 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 20 g, polędwica sopocka 50 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	wartość energet.	2023,25 Kcal	białko	77,58 g	tłuszcz	119,793 g	węglow.przysw.	278,428 g
	nasycone kwasy tł.	56,237 g	błonnik	36,868 g	sól	3,427 g	cukier prosty	6,844 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Drugie śniadanie jogurt naturalny (MLE) 100 g,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

Posiłek nocny sok pomidorowy ,3 l,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2239,60 Kcal	białko	84,436 g	tłuszcz	130,466 g	węglow.przysw.	313,403 g
	nasycone kwasy tł.	54,92 g	błonnik	25,168 g	sól	3,699 g	cukier prosty	62,279 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie kasza jęczmienna na rosole jarским (GLU, SEL) 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 (SEL, GLU, MLE) 80 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 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, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1841,22 Kcal	białko	37,96 g	tłuszcz	41,903 g	węglow.przysw.	355,87 g
	nasycone kwasy tł.	25,91 g	błonnik	39,173 g	sól	0,254 g	cukier prosty	55,741 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 kasza jęczmienna na rosole jarским (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarским (GLU, MLE, SEL) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 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,

dieta	wartość energet.	1895,29 Kcal	białko	34,506 g	tłuszcz	52,093 g	węglow.przysw.	349,876 g
	nasycone kwasy tł.	31,608 g	błonnik	32,843 g	sól	0,056 g	cukier prosty	55,922 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 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.	2221,90 Kcal	białko	63,901 g	tłuszcz	89,123 g	węglow.przysw.	304,528 g
	nasycone kwasy tł.	62,953 g	błonnik	29,088 g	sól	1,027 g	cukier prosty	61,179 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie kasza jęczmienna na rosole jarским (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarским (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2057,16Kcal	białko	71,17g	tłuszcz	117,903g	węglow.przysw.	305,14g
	nasycone kwasy tł.	48,641 g	błonnik	31,683g	sól	3,3 g	cukier prosty	56,576 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, ser żółty (MLE) 40 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2251,18Kcal	białko	63,917g	tłuszcz	79,823g	węglow.przysw.	339,557g
	nasycone kwasy tł.	56,46 g	błonnik	31,148g	sól	0,992 g	cukier prosty	68,563 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	10,222g	tłuszcz	12,21g	węglow.przysw.	69,74g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05g	sól	0,602 g	cukier prosty	15,32 g

C1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet schabowy 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, polędwica sopocka 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,

dieta	wartość energet.	2664,72Kcal	białko	99,057g	tłuszcz	160,024g	węglow.przysw.	354,483g
	nasycone kwasy tł.	84,664 g	błonnik	36,253g	sól	4,399 g	cukier prosty	70,214 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,

dieta	wartość energet.	2169,45Kcal	białko	81,406g	tłuszcz	130,896g	węglow.przysw.	308,053g
	nasycone kwasy tł.	54,05 g	błonnik	28,778g	sól	3,683 g	cukier prosty	70,134 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 60 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	sok pomidorowy ,3 l,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2095,57 Kcal	białko	86,591 g	tłuszcz	145,616 g	węglow.przysw.	258,333 g
	nasycone kwasy tł.	66,266 g	błonnik	34,338 g	sól	3,7 g	cukier prosty	12,519 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, polędwica sopocka 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	sok jabłkowy ,2 l,

dieta	wartość energet.	2216,65 Kcal	białko	79,761 g	tłuszcz	116,986 g	węglow.przysw.	349,878 g
	nasycone kwasy tł.	44,95 g	błonnik	26,618 g	sól	3,37 g	cukier prosty	69,949 g

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

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynkowa dębowa 50 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, sałatka wiosenna 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, sałatka z ogórka kwaszonego z marchewką 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica sopocka 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	sok pomidorowy ,3 l,

dieta	wartość energet.	2232,99 Kcal	białko	88,437 g	tłuszcz	144,626 g	węglow.przysw.	299,669 g
	nasycone kwasy tł.	66,136 g	błonnik	35,088 g	sól	3,21 g	cukier prosty	8,225 g

wtorek - 02-04-2024

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

dieta	wartość energet.	2844,84 Kcal	białko	97,718 g	tłuszcz	77,817 g	węglow.przysw.	460,644 g
	nasycone kwasy tł.	58,537 g	błonnik	38,163 g	sól	3,203 g	cukier prosty	42,21 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mięsno-ryżowy 120 g, sos koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	3109,22 Kcal	białko	101,102 g	tłuszcz	103,172 g	węglow.przysw.	450,583 g
	nasycone kwasy tł.	77,863 g	błonnik	30,303 g	sól	3,218 g	cukier prosty	43,744 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 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 mięsno-ryżowy 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

die ta	wartość energet.	2827,84 Kcal	białko	90,445 g	tłuszcz	89,902 g	węglow.przysw.	435,661 g
	nasycone kwasy tł.	66,86 g	błonnik	28,508 g	sól	3,15 g	cukier prosty	40,787 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 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 mięsno-ryżowy 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

die ta	wartość energet.	2902,24 Kcal	białko	90,515 g	tłuszcz	98,102 g	węglow.przysw.	435,731 g
	nasycone kwasy tł.	72,26 g	błonnik	28,508 g	sól	3,152 g	cukier prosty	40,857 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 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, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

dieta	wartość energet.	2705,72 Kcal	białko	89,368 g	tłuszcz	89,747 g	węglow.przysw.	420,223 g
	nasycone kwasy tł.	66,123 g	błonnik	44,033 g	sól	3,206 g	cukier prosty	7,504 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica miodowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2844,17 Kcal	białko	97,816 g	tłuszcz	87,562 g	węglow.przysw.	451,543 g
	nasycone kwasy tł.	64,90 g	błonnik	44,698 g	sól	3,245 g	cukier prosty	29,269 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, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

die ta	wartość energet.	2253,41 Kcal	białko	72,951 g	tłuszcz	80,047 g	węglow.przysw.	330,342 g
	nasycone kwasy tł.	59,458 g	błonnik	26,023 g	sól	3,156 g	cukier prosty	41,073 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 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, sałatka ryż. z wędliną i brokulem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

die ta	wartość energet.	2267,49 Kcal	białko	78,504 g	tłuszcz	79,637 g	węglow.przysw.	332,869 g
	nasycone kwasy tł.	59,409 g	błonnik	38,163 g	sól	3,202 g	cukier prosty	7,345 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	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mięsno-ryżowy 120 g, sos koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 60 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g.

dieta	wartość energet.	3127,77 Kcal	białko	103,732 g	tłuszcz	106,752 g	węglow.przysw.	451,183 g
	nasycone kwasy tł.	79,403 g	błonnik	30,303 g	sól	3,728 g	cukier prosty	44,009 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (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 koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 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, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, herbata 250 ml,

die ta	wartość energet.	2231,87 Kcal	białko	52,865 g	tłuszcz	72,178 g	węglow.przysw.	371,14 g
	nasycone kwasy tł.	49,137 g	błonnik	35,553 g	sól	0,305 g	cukier prosty	53,996 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,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

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, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ryż z masłem i jabłkiem gotowanym 300 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.	1854,84 Kcal	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, pulpet mięsno-ryżowy 120 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 brokułem i warzywami(SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2562,15 Kcal	białko	60,887 g	tłuszcz	98,603 g	węglow.przysw.	376,324 g
	nasycone kwasy tł.	74,913 g	błonnik	26,973 g	sól	0,1 g	cukier prosty	53,505 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, pulpet mięsno-ryżowy 120 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2255,23 Kcal	białko	66,291 g	tłuszcz	72,048 g	węglow.przysw.	343,876 g
	nasycone kwasy tł.	56,673 g	błonnik	27,038 g	sól	3,113 g	cukier prosty	52,457 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 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, sałatka ryżowa z brokułem i warzywami(SEL) 120 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2432,22 Kcal	białko	72,967 g	tłuszcz	76,407 g	węglow.przysw.	383,548 g
	nasycone kwasy tł.	54,447 g	błonnik	28,468 g	sól	0,203 g	cukier prosty	41,699 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) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica miodowa 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny chałka 80 g,

dieta	wartość energet.	3035,84 Kcal	białko	101,433 g	tłuszcz	99,682 g	węglow.przysw.	465,589 g
	nasycone kwasy tł.	73,577 g	błonnik	40,783 g	sól	3,603 g	cukier prosty	42,315 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 60 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mięsno-ryżowy 120 g, sos koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny chałka 80 g,

dieta	wartość energet.	3067,17 Kcal	białko	100,752 g	tłuszcz	113,407 g	węglow.przysw.	432,323 g
	nasycone kwasy tł.	84,116 g	błonnik	30,673 g	sól	3,615 g	cukier prosty	43,849 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

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

Drugie śniadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,

Podwieczorek kanapka z serem białym (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryżowa z wędliną i brokułem (SEL) 120 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny chałka 80 g,

dieta	wartość energet.	3090,34 Kcal	białko	110,512 g	tłuszcz	106,257 g	węglow.przysw.	459,029 g
	nasycone kwasy tł.	77,95 g	błonnik	44,248 g	sól	3,644 g	cukier prosty	9,26 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, jajko gotowane (JAJ) 50 g, polędwica miodowa 50 g, dynia 60 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mięsno-ryżowy 120 g, sos koperkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny chałka 80 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	3233,92 Kcal	białko	103,152 g	tłuszcz	110,192 g	węglow.przysw.	477,533 g
	nasycone kwasy tł.	81,522 g	błonnik	30,793 g	sól	3,185 g	cukier prosty	42,364 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, polędwica miodowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, gołąbki siekane w sosie pomidorowym 150 g, sałatka z buraków i jabłka 120 g, sałata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 60 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, sałatka ryż. z wędliną i brokułem (SEL) 60 g, szynkowa dębowa 50 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	chałka 80 g,

die ta	wartość energet.	2783,99 Kcal	białko	102,132 g	tłuszcz	98,642 g	węglow.przysw.	401,239 g
	nasycone kwasy tł.	71,682 g	błonnik	37,518 g	sól	3,247 g	cukier prosty	9,365 g

środa - 03-04-2024

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, rzodkiewka 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,

die ta	wartość energet.	2806,35 Kcal	białko	98,049 g	tłuszcz	87,004 g	węglow.przysw.	441,463 g
	nasycone kwasy tł.	59,682 g	błonnik	38,398 g	sól	0,935 g	cukier prosty	91,784 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU,JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,

die ta	wartość energet.	3014,80 Kcal	białko	99,534 g	tłuszcz	99,914 g	węglow.przysw.	452,048 g
	nasycone kwasy tł.	69,379 g	błonnik	34,128 g	sól	0,938 g	cukier prosty	91,784 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 100 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka drobiowa 30 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretki owocowe 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2815,31 Kcal	białko	104,947 g	tłuszcz	104,039 g	węglow.przysw.	395,686 g
	nasycone kwasy tł.	71,638 g	błonnik	27,808 g	sól	0,951 g	cukier prosty	54,342 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 100 g, twarożek (MLE) 70 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 30 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,

dieta	wartość energet.	2980,21 Kcal	białko	117,257 g	tłuszcz	115,239 g	węglow.przysw.	399,466 g
	nasycone kwasy tł.	79,117 g	błonnik	27,808 g	sól	1,023 g	cukier prosty	57,632 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem 100 g, rzodkiewka 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 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, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretka owocowa b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2321,95 Kcal	białko	89,035 g	tłuszcz	95,584 g	węglow.przysw.	318,228 g
	nasycone kwasy tł.	66,191 g	błonnik	38,238 g	sól	0,964 g	cukier prosty	9,764 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twarożek z mlekiem 100 g, rzodkiewka 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie śniadanie	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU, MLE, SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	galaretka owocowa b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2621,08 Kcal	białko	100,387 g	tłuszcz	97,249 g	węglow.przysw.	383,462 g
	nasycone kwasy tł.	66,134 g	błonnik	44,933 g	sól	1,742 g	cukier prosty	30,103 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twarożek z mlekiem 100 g, rzodkiewka 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia 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, kawa mleczna b/c 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2310,58 Kcal	białko	86,068 g	tłuszcz	85,664 g	węglow.przysw.	328,742 g
	nasycone kwasy tł.	60,648 g	błonnik	26,038 g	sól	0,937 g	cukier prosty	41,313 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie chleb razowy (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, rzodkiewka 60 g, herbata gorzka 250 ml,

Obiad zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

dieta	wartość energet.	2118,20 Kcal	białko	79,83 g	tłuszcz	76,644 g	węglow.przysw.	312,343 g
	nasycone kwasy tł.	55,047 g	błonnik	38,198 g	sól	0,196 g	cukier prosty	5,094 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem 100 g, miód naturalny 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

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

Obiad zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,

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

Posiłek nocny galaretki owocowa 200 ml,

dieta	wartość energet.	3077,85 Kcal	białko	106,884 g	tłuszcz	105,594 g	węglow.przysw.	454,438 g
	nasycone kwasy tł.	72,108 g	błonnik	34,128 g	sól	1,388 g	cukier prosty	93,429 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, twarożek z mlekiem (MLE) 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, cukinia gotowana 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,

dieta	wartość energet.	2374,64 Kcal	białko	60,728 g	tłuszcz	71,405 g	węglow.przysw.	410,931 g
	nasycone kwasy tł.	44,892 g	błonnik	36,843 g	sól	0,133 g	cukier prosty	92,457 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 01.04.2024 do 08.04.2024

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, cukinia gotowana 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.	2045,84 Kcal	białko	35,508 g	tłuszcz	61,985 g	węglow.przysw.	375,036 g
	nasycone kwasy tł.	35,848 g	błonnik	36,203 g	sól	0,062 g	cukier prosty	50,962 g

15. Dieta bezglutenowa GL

Śniadanie	płatki kukurydziane na mleku 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek (MLE) 70 g, miód naturalny 50 g, rzodkiewka 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 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.	2672,15 Kcal	białko	73,719 g	tłuszcz	100,02 g	węglow.przysw.	402,509 g
	nasycone kwasy tł.	68,748 g	błonnik	34,723 g	sól	0,101 g	cukier prosty	92,97 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, miód naturalny 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, cukinia gotowana 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.	2366,63 Kcal	białko	62,675 g	tłuszcz	81,93 g	węglow.przysw.	367,353 g
	nasycone kwasy tł.	57,753 g	błonnik	32,953 g	sól	0,753 g	cukier prosty	89,184 g

17. Dieta wegetariańska WE

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, rzodkiewka 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia 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, kawa mleczna b/c 250 ml,

dieta	wartość energet.	2507,88 Kcal	białko	79,134 g	tłuszcz	80,484 g	węglow.przysw.	400,018 g
	nasycone kwasy tł.	50,583 g	błonnik	31,313 g	sól	0,123 g	cukier prosty	78,664 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, twarożek z mlekiem 100 g, miód naturalny 50 g, rzodkiewka 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU,JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 50 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2954,60 Kcal	białko	105,744 g	tłuszcz	105,464 g
	nasycone kwasy tł.	71,003 g	błonnik	39,598 g	sól	1,388 g
					węglow.przysw.	437,358 g
					cukier prosty	93,534 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem 100 g, miód naturalny 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 50 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,					
Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2930,00 Kcal	białko	103,164 g	tłuszcz	106,744 g
	nasycone kwasy tł.	71,913 g	błonnik	33,078 g	sól	1,388 g
					węglow.przysw.	424,738 g
					cukier prosty	93,534 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem 100 g, rzodkiewka 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,					
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 50 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,					
Posiłek nocny	galaretka owocowa b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2782,80 Kcal	białko	111,623 g	tłuszcz	111,139 g
	nasycone kwasy tł.	74,506 g	błonnik	43,063 g	sól	2,164 g
					węglow.przysw.	380,028 g
					cukier prosty	10,359 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, jabłko 200 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,					
Posiłek nocny	galaretka owocowa 200 ml,					
dieta	wartość energet.	3015,10 Kcal	białko	99,594 g	tłuszcz	105,914 g
	nasycone kwasy tł.	72,079 g	błonnik	34,128 g	sól	0,938 g
					węglow.przysw.	452,048 g
					cukier prosty	91,994 g

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

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, twarożek z mlekiem 100 g, rzodkiewka 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pieczeń rzymska (GLU, JAJ) 80 g, sos pietruszkowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, cukinia gotowana 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, pasta jajeczna (JAJ) 80 g, szynka drobiowa 30 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,					
Posiłek nocny	galaretka owocowa b/c 200 ml,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2350,60 Kcal	białko	94,678 g	tłuszcz	88,679 g	węglow.przysw.	336,983 g
	nasycone kwasy tł.	61,496 g	błonnik	40,303 g	sól	1,737 g	cukier prosty	9,894 g

czwartek - 04-04-2024

1. Dieta podstawowa

- Śniadanie** kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 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, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g, kompot 250 ml,
- 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,
- Posiłek nocny** kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2440,39 Kcal	białko	94,291 g	tłuszcz	68,559 g	węglow.przysw.	379,791 g
	nasycone kwasy tł.	48,341 g	błonnik	39,353 g	sól	3,294 g	cukier prosty	67,897 g

2. Dieta łatwostrawna

- Śniadanie** kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,
- Obiad** zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 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, herbata 250 ml,
- Posiłek nocny** kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2333,65 Kcal	białko	86,801 g	tłuszcz	63,984 g	węglow.przysw.	351,911 g
	nasycone kwasy tł.	44,031 g	błonnik	27,203 g	sól	3,722 g	cukier prosty	68,337 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

- Śniadanie** kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,
- Obiad** płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 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,
- Posiłek nocny** kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2164,01 Kcal	białko	84,419 g	tłuszcz	59,454 g	węglow.przysw.	335,734 g
	nasycone kwasy tł.	39,611 g	błonnik	26,423 g	sól	3,708 g	cukier prosty	67,08 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, szynka konserwowa 50 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,
- Obiad** płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
- Kolacja** 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 50 g, polędwica miodowa 50 g, herbata 250 ml,
- Posiłek nocny** kefir 150 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2238,41 Kcal	białko	84,489 g	tłuszcz	67,654 g	węglow.przysw.	335,804 g
	nasycone kwasy tł.	45,011 g	błonnik	26,423 g	sól	3,71 g	cukier prosty	67,15 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 z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 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,

Posiłek nocny kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2108,22 Kcal	białko	82,962 g	tłuszcz	70,729 g	węglow.przysw.	314,755 g
	nasycone kwasy tł.	48,306 g	błonnik	43,873 g	sól	3,658 g	cukier prosty	18,861 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 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 z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kanapka z serem białym (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

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 kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2246,67 Kcal	białko	91,41 g	tłuszcz	68,544 g	węglow.przysw.	346,075 g
	nasycone kwasy tł.	47,083 g	błonnik	44,538 g	sól	3,697 g	cukier prosty	40,626 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie kasza jagłana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 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,

dieta	wartość energet.	2086,01 Kcal	białko	78,719 g	tłuszcz	56,754 g	węglow.przysw.	327,934 g
	nasycone kwasy tł.	37,661 g	błonnik	26,423 g	sól	2,658 g	cukier prosty	59,28 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 z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 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,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	1852,79 Kcal	białko	72,558 g	tłuszcz	62,639 g	węglow.przysw.	269,041 g
	nasycone kwasy tł.	43,818 g	błonnik	39,603 g	sól	2,604 g	cukier prosty	10,902 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 jagłana na mleku (MLE) 200 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica miodowa 50 g, paprykarz rybno-warzywny (RYB) 80 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2229,55 Kcal	białko	85,716 g	tłuszcz	64,824 g	węglow.przysw.	331,311 g
	nasycone kwasy tł.	44,245 g	błonnik	26,563 g	sól	3,939 g	cukier prosty	68,462 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 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, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2005,34 Kcal	białko	38,52 g	tłuszcz	46,279 g	węglow.przysw.	387,845 g
	nasycone kwasy tł.	30,722 g	błonnik	42,223 g	sól	0,299 g	cukier prosty	56,631 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, 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,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	1936,64Kcal	białko	32,746g	tłuszcz	50,853g	węglow.przysw.	369,166g
	nasycone kwasy tł.	30,584 g	błonnik	37,243g	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) 120 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, kasza gryczana 180 g, udziec w sosie własnym 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,

dieta	wartość energet.	2186,29Kcal	białko	66,672g	tłuszcz	72,103g	węglow.przysw.	335,844g
	nasycone kwasy tł.	45,249 g	błonnik	33,373g	sól	0,21 g	cukier prosty	56,19 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 w sosie własnym 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,

dieta	wartość energet.	2015,05Kcal	białko	72,581g	tłuszcz	55,934g	węglow.przysw.	306,416g
	nasycone kwasy tł.	38,966 g	błonnik	27,323g	sól	2,62 g	cukier prosty	57,762 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) 120 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, surówka z kapusty czerwonej z olejem 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.	2362,23Kcal	białko	65,039g	tłuszcz	84,823g	węglow.przysw.	359,269g
	nasycone kwasy tł.	60,868 g	błonnik	35,893g	sól	0,952 g	cukier prosty	56,815 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	10,222g	tłuszcz	12,21g	węglow.przysw.	69,74g
	nasycone kwasy tł.	7,825 g	błonnik	5,05g	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 60 g, papryka świeża 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza gryczana 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g, kompot 250 ml,
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,

Posiłek nocny kefir 150 g,

dieta	wartość energet.	2535,94Kcal	białko	99,106g	tłuszcz	85,309g	węglow.przysw.	369,626g
	nasycone kwasy tł.	58,475 g	błonnik	40,903g	sól	3,454 g	cukier prosty	68,917 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	kasza jaglana na mleku (MLE) 350 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 60 g, sałatka jarzynowa z olejem (SEL, JAJ) 120 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa dyniowa z makaronem (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza jęczmienna (GLU) 180 g, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 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, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny	kefir 150 g,					
dieta	wartość energet.	2550,48 Kcal	białko	96,676 g	tłuszcz	86,293 g
	nasycone kwasy tł.	59,848 g	błonnik	32,463 g	sól	3,472 g
					węglow.przysw.	366,616 g
					cukier prosty	67,307 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 60 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 z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
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	kefir 150 g,					
dieta	wartość energet.	2378,49 Kcal	białko	102,266 g	tłuszcz	89,284 g
	nasycone kwasy tł.	61,538 g	błonnik	42,748 g	sól	3,492 g
					węglow.przysw.	320,726 g
					cukier prosty	20,652 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 z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 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, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	kefir 150 g,					
dieta	wartość energet.	2587,85 Kcal	białko	95,811 g	tłuszcz	81,884 g
	nasycone kwasy tł.	55,881 g	błonnik	28,253 g	sól	3,297 g
					węglow.przysw.	380,566 g
					cukier prosty	68,107 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, potrawka z indyka (SEL, MLE, GLU) 120 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g, kompot 250 ml, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 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,					
Posiłek nocny	kefir 150 g,					
dieta	wartość energet.	2535,49 Kcal	białko	99,006 g	tłuszcz	81,207 g
	nasycone kwasy tł.	55,167 g	błonnik	46,111 g	sól	3,763 g
					węglow.przysw.	383,725 g
					cukier prosty	40,592 g

piątek - 05-04-2024

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 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, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2669,28 Kcal	białko	97,158 g	tłuszcz	70,637 g	węglow.przysw.	427,629 g
	nasycone kwasy tł.	55,154 g	błonnik	41,955 g	sól	3,144 g	cukier prosty	65,321 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2457,76 Kcal	białko	91,165 g	tłuszcz	65,08 g	węglow.przysw.	383,133 g
	nasycone kwasy tł.	45,666 g	błonnik	28,543 g	sól	2,237 g	cukier prosty	66,67 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 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,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2365,58 Kcal	białko	87,936 g	tłuszcz	67,986 g	węglow.przysw.	368,786 g
	nasycone kwasy tł.	47,803 g	błonnik	26,723 g	sól	2,244 g	cukier prosty	66,853 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	kasza jagłana 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2467,78 Kcal	białko	88,726 g	tłuszcz	76,666 g	węglow.przysw.	375,626 g
	nasycone kwasy tł.	53,331 g	błonnik	28,423 g	sól	2,247 g	cukier prosty	67,283 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, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 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, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt naturalny (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2621,69 Kcal	białko	94,083 g	tłuszcz	85,357 g	węglow.przysw.	402,452 g
	nasycone kwasy tł.	64,228 g	błonnik	51,695 g	sól	3,161 g	cukier prosty	7,999 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Podwieczorek	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, polędwica z warzywami 60 g, pomidor 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Posiłek nocny	jogurt naturalny (MLE) 100 g,					
dieta	wartość energet.	2571,31 Kcal	białko	94,182 g	tłuszcz	81,857 g
	nasycone kwasy tł.	62,88 g	błonnik	48,09 g	sól	3,156 g
						węglow.przysw. 394,268 g
						cukier prosty 27,87 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 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.	1964,70 Kcal	białko	70,562 g	tłuszcz	57,506 g
	nasycone kwasy tł.	41,677 g	błonnik	23,443 g	sól	2,05 g
						węglow.przysw. 310,372 g
						cukier prosty 51,699 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 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, herbata gorzka 250 ml,					
dieta	wartość energet.	1985,94 Kcal	białko	79,115 g	tłuszcz	53,687 g
	nasycone kwasy tł.	38,546 g	błonnik	39,44 g	sól	3,043 g
						węglow.przysw. 311,449 g
						cukier prosty 2,486 g

9. Dieta bogatobiałkowa

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 60 g, szynkowa dębowa 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,					
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,					
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,					
dieta	wartość energet.	2761,53 Kcal	białko	106,232 g	tłuszcz	82,165 g
	nasycone kwasy tł.	58,357 g	błonnik	33,725 g	sól	3,548 g
						węglow.przysw. 407,853 g
						cukier prosty 67,655 g

10. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 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, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,					
dieta	wartość energet.	1803,47 Kcal	białko	38,308 g	tłuszcz	45,155 g
	nasycone kwasy tł.	27,509 g	błonnik	34,498 g	sól	0,174 g
						węglow.przysw. 337,541 g
						cukier prosty 52,998 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,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

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, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	1937,57 Kcal	białko	33,237 g	tłuszcz	57,075 g	węglow.przysw.	352,44 g
	nasycone kwasy tł.	33,958 g	błonnik	33,838 g	sól	0,147 g	cukier prosty	53,081 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, ryba w jarzynach 150 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.	2288,02 Kcal	białko	72,61 g	tłuszcz	65,412 g	węglow.przysw.	365,803 g
	nasycone kwasy tł.	42,246 g	błonnik	36,655 g	sól	1,078 g	cukier prosty	51,465 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy 30 g, szynkowa dębowa 50 g, ogórek świeży 60 g, herbata 250 ml,

Obiad krupnik jęczmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB,JAJ,GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 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,

dieta	wartość energet.	2133,84 Kcal	białko	77,27 g	tłuszcz	50,997 g	węglow.przysw.	345,638 g
	nasycone kwasy tł.	37,581 g	błonnik	31,234 g	sól	2,546 g	cukier prosty	51,935 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, kotlet rybny (RYB,JAJ,GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 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,

dieta	wartość energet.	2595,14 Kcal	białko	81,57 g	tłuszcz	84,889 g	węglow.przysw.	394,779 g
	nasycone kwasy tł.	61,596 g	błonnik	32,285 g	sól	1,343 g	cukier prosty	52,126 g

18. Dieta kanapkowa

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

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

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, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 40 g, szynka delikatesowa 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2671,54 Kcal	białko	102,053 g	tłuszcz	88,745 g	węglow.przysw.	392,489 g
	nasycone kwasy tł.	67,737 g	błonnik	40,33 g	sól	3,145 g	cukier prosty	65,461 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, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
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,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2287,19 Kcal	białko	76,004 g	tłuszcz	70,181 g	węglow.przysw.	357,819 g
	nasycone kwasy tł.	48,49 g	błonnik	24,928 g	sól	2,217 g	cukier prosty	64,036 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, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, polędwica z warzywami 40 g, szynka delikatesowa 60 g, pomidor 60 g, cukinia got 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt naturalny (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2874,14 Kcal	białko	111,523 g	tłuszcz	110,115 g	węglow.przysw.	392,674 g
	nasycone kwasy tł.	82,353 g	błonnik	46,935 g	sól	3,159 g	cukier prosty	8,001 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka delikatesowa 60 g, cukinia got 60 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	jogurt owocowy (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2719,44 Kcal	białko	94,649 g	tłuszcz	77,956 g	węglow.przysw.	435,079 g
	nasycone kwasy tł.	54,582 g	błonnik	31,313 g	sól	2,457 g	cukier prosty	64,846 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty kwaszonej 120 g, szpinak gotowany z olejem 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

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,

Posiłek nocny jogurt naturalny (MLE) 100 g,

dieta	wartość energet.	2474,84Kcal	białko	98,523 g	tłuszcz	89,945 g	węglow.przysw.	345,964 g
	nasycone kwasy tł.	63,523 g	błonnik	41,625 g	sól	3,159 g	cukier prosty	8,001 g

sobota - 06-04-2024

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, gulasz (GLU) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2583,10Kcal	białko	84,297 g	tłuszcz	66,627 g	węglow.przysw.	436,338 g
	nasycone kwasy tł.	48,771 g	błonnik	37,413 g	sól	1,172 g	cukier prosty	67,648 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło mix (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2637,49Kcal	białko	85,884 g	tłuszcz	72,397 g	węglow.przysw.	424,21 g
	nasycone kwasy tł.	50,842 g	błonnik	33,323 g	sól	1,19 g	cukier prosty	68,195 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2495,25Kcal	białko	83,492 g	tłuszcz	66,507 g	węglow.przysw.	416,103 g
	nasycone kwasy tł.	45,773 g	błonnik	30,573 g	sól	1,157 g	cukier prosty	67,859 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2569,65 Kcal	białko	83,562 g	tłuszcz	74,707 g	węglow.przysw.	416,173 g
	nasycone kwasy tł.	51,173 g	błonnik	30,573 g	sól	1,159 g	cukier prosty	67,929 g

5. Dieta bogatoresztkowa

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 rosół jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot gorzki 300 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2263,72 Kcal	białko	76,479 g	tłuszcz	72,097 g	węglow.przysw.	367,674 g
	nasycone kwasy tł.	48,949 g	błonnik	46,103 g	sól	1,19 g	cukier prosty	4,759 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

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

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

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Podwieczorek kanapka z serem białym (GLU,MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Kolacja chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

Posiłek nocny kisiel b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2402,17 Kcal	białko	84,927 g	tłuszcz	69,912 g	węglow.przysw.	398,994 g
	nasycone kwasy tł.	47,726 g	błonnik	46,768 g	sól	1,229 g	cukier prosty	26,524 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

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

Obiad ryż na rosół jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec w sosie własnym 120 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

dieta	wartość energet.	2296,33 Kcal	białko	90,527 g	tłuszcz	63,087 g	węglow.przysw.	364,403 g
	nasycone kwasy tł.	44,913 g	błonnik	27,943 g	sól	1,154 g	cukier prosty	57,714 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 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, kawa mleczna b/c 250 ml,

dieta	wartość energet.	2056,07 Kcal	białko	68,995 g	tłuszcz	63,997 g	węglow.przysw.	329,29 g
	nasycone kwasy tł.	45,443 g	błonnik	40,073 g	sól	1,006 g	cukier prosty	4,35 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, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2845,64 Kcal	białko	105,324 g	tłuszcz	88,897 g	węglow.przysw.	426,515 g
	nasycone kwasy tł.	61,573 g	błonnik	33,323 g	sól	1,915 g	cukier prosty	70,6 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, herbata 250 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja kasza jęczmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2026,12 Kcal	białko	38,32 g	tłuszcz	39,883 g	węglow.przysw.	412,14 g
	nasycone kwasy tł.	25,295 g	błonnik	39,433 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,

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, herbata 250 ml,

Obiad ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, buraczki z wody 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pomidor 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

dieta	wartość energet.	2269,86 Kcal	białko	57,40 g	tłuszcz	72,733 g	węglow.przysw.	369,997 g
	nasycone kwasy tł.	51,782 g	błonnik	32,283 g	sól	0,056 g	cukier prosty	52,628 g

16. Dieta beznleczna 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 zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, mięso gotowane w jarzynach 70 g, buraczki z wody 120 g, kompot 250 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2145,08 Kcal	białko	64,343 g	tłuszcz	63,053 g	węglow.przysw.	348,918 g
	nasycone kwasy tł.	45,619 g	błonnik	36,713 g	sól	2,256 g	cukier prosty	51,599 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 (SEL, GLU, MLE) 80 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 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, kawa mleczna b/c 250 ml,

dieta	wartość energet.	2506,31 Kcal	białko	77,421 g	tłuszcz	73,707 g	węglow.przysw.	411,372 g
	nasycone kwasy tł.	47,451 g	błonnik	34,303 g	sól	0,785 g	cukier prosty	57,892 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, gulasz (GLU) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2686,75 Kcal	białko	92,562 g	tłuszcz	93,087 g	węglow.przysw.	399,438 g
	nasycone kwasy tł.	66,033 g	błonnik	35,073 g	sól	1,85 g	cukier prosty	67,858 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml, bułka (GLU) 50 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, ser żółty (MLE) 40 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2678,29 Kcal	białko	97,089 g	tłuszcz	77,797 g	węglow.przysw.	424,60 g
	nasycone kwasy tł.	53,542 g	błonnik	33,323 g	sól	1,862 g	cukier prosty	68,3 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

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 mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU,MLE,JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	kisiel b/c 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2542,69 Kcal	białko	94,283 g	tłuszcz	82,522 g	węglow.przysw.	395,04 g
	nasycone kwasy tł.	55,678 g	błonnik	44,898 g	sól	1,231 g	cukier prosty	6,62 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	kisiel 200 ml,

dieta	wartość energet.	2582,19 Kcal	białko	88,789 g	tłuszcz	67,147 g	węglow.przysw.	429,605 g
	nasycone kwasy tł.	46,707 g	błonnik	30,373 g	sól	1,187 g	cukier prosty	68,3 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 mięsna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 120 g, kompot gorzki 300 ml,
Podwieczorek	kanapka z serem białym (GLU,MLE, JAJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,
Kolacja	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona 10 g, kawa mleczna b/c 250 ml,
Posiłek nocny	kisiel b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2243,29 Kcal	białko	79,323 g	tłuszcz	73,642 g	węglow.przysw.	352,62 g
	nasycone kwasy tł.	51,188 g	błonnik	42,138 g	sól	1,227 g	cukier prosty	6,42 g

niedziela - 07-04-2024

1. Dieta podstawowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 30 g, chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, masło mix (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	chleb pszenno żytni (GLU) 60 g, chleb razowy (GLU) 30 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2344,58 Kcal	białko	83,778 g	tłuszcz	69,263 g	węglow.przysw.	355,773 g
	nasycone kwasy tł.	50,528 g	błonnik	33,433 g	sól	2,811 g	cukier prosty	67,154 g

2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, noga z kurczaka gotowana 150 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
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,
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2742,28 Kcal	białko	125,918 g	tłuszcz	97,713 g	węglow.przysw.	342,573 g
	nasycone kwasy tł.	75,428 g	błonnik	26,173 g	sól	2,532 g	cukier prosty	66,464 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 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 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2350,64 Kcal	białko	82,316 g	tłuszcz	78,293 g
	nasycone kwasy tł.	57,675 g	błonnik	29,883 g	sól	1,365 g
					węglow.przysw.	348,916 g
					cukier prosty	65,887 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,					
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta z białek (JAJ) 80 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2425,04 Kcal	białko	82,386 g	tłuszcz	86,493 g
	nasycone kwasy tł.	63,075 g	błonnik	29,883 g	sól	1,367 g
					węglow.przysw.	348,986 g
					cukier prosty	65,957 g

5. Dieta bogatoresztkowa

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 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,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2123,18 Kcal	białko	84,96 g	tłuszcz	76,423 g
	nasycone kwasy tł.	54,118 g	błonnik	35,633 g	sól	2,821 g
					węglow.przysw.	300,043 g
					cukier prosty	9,764 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 ml,					
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 ml,					
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	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2237,83 Kcal	białko	90,358 g	tłuszcz	73,338 g
	nasycone kwasy tł.	52,025 g	błonnik	36,298 g	sól	3,595 g
					węglow.przysw.	330,323 g
					cukier prosty	29,889 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, herbata 250 ml,					
Obiad	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 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,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2108,92 Kcal	białko	77,35 g	tłuszcz	65,863 g	węglow.przysw.	327,885 g
	nasycone kwasy tł.	47,922 g	błonnik	32,003 g	sól	2,807 g	cukier prosty	59,261 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

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

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 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.	1989,43 Kcal	białko	76,80 g	tłuszcz	69,383 g	węglow.przysw.	287,243 g
	nasycone kwasy tł.	50,351 g	błonnik	34,643 g	sól	2,542 g	cukier prosty	8,969 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 zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 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, szynkowa dębowa 30 g, szynka drobiowa 60 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,

Posiłek nocny budyn b/c 200 ml,

dieta	wartość energet.	2499,63 Kcal	białko	93,008 g	tłuszcz	77,783 g	węglow.przysw.	370,073 g
	nasycone kwasy tł.	55,536 g	błonnik	30,813 g	sól	4,326 g	cukier prosty	67,869 g

10. Dieta niskobiałkowa

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

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 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,

dieta	wartość energet.	2162,12 Kcal	białko	49,02 g	tłuszcz	58,343 g	węglow.przysw.	395,295 g
	nasycone kwasy tł.	39,203 g	błonnik	40,343 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,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

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	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, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, kompot 250 ml,
Kolacja	ryż na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

die ta	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, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 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.

diet	wartość energet.	2131,88 Kcal	białko	61,951 g	tłuszcz	80,433 g	węglow.przysw.	307,173 g
	nasycone kwasy tł.	54,957 g	błonnik	26,863 g	sól	0,847 g	cukier prosty	56,979 g

16. Dieta bezmleczna ML

Śniadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło mix (MLE) 15 g, szynka konserwowa 50 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	plátky owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 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.	2074,02 Kcal	białko	71,74 g	tłuszcz	64,153 g	węglow.przysw.	312,39 g
	nasycone kwasy tł.	47,397 g	błonnik	29,053 g	sól	2,424 g	cukier prosty	53,171 g

17. Dieta wegetariańska WE

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 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.

dieta	wartość energet.	2284,64 Kcal	białko	62,941 g	tłuszcz	70,553 g	węglow.przysw.	379,656 g
	nasycone kwasy tł.	46,172 g	błonnik	35,943 g	sól	1,095 g	cukier prosty	65,267 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, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 50 g, ser żółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot 250 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 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2470,58 Kcal	białko	95,328 g	tłuszcz	87,443 g
	nasycone kwasy tł.	61,82 g	błonnik	34,633 g	sól	3,486 g
					węglow.przysw.	349,668 g
					cukier prosty	67,364 g

C2. Dieta łatwostrawna

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 60 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, szynka drobiowa 50 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata zielona 10 g, herbata 250 ml,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2504,38 Kcal	białko	89,228 g	tłuszcz	80,263 g
	nasycone kwasy tł.	57,603 g	błonnik	27,223 g	sól	2,752 g
					węglow.przysw.	372,523 g
					cukier prosty	66,924 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 60 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Drugie śniadanie	jogurt naturalny (MLE) 100 g,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 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,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2332,23 Kcal	białko	96,208 g	tłuszcz	84,518 g
	nasycone kwasy tł.	59,303 g	błonnik	37,698 g	sól	3,927 g
					węglow.przysw.	324,453 g
					cukier prosty	15,549 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

Śniadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt owocowy (MLE) 100 g, szynka konserwowa 60 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona 120 g, kompot 250 ml,					
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,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					
dieta	wartość energet.	2356,38 Kcal	białko	85,478 g	tłuszcz	78,413 g
	nasycone kwasy tł.	56,058 g	błonnik	26,173 g	sól	2,752 g
					węglow.przysw.	342,823 g
					cukier prosty	66,924 g

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

Śniadanie	chleb razowy (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, szynka konserwowa 60 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 250 ml,					
Obiad	zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczyźnie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem 120 g, kompot gorzki 300 ml,					
Podwieczorek	kanapka z wędliną (GLU,MLE,SOJ) 100 g, herbata gorzka 250 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,					
Posiłek nocny	budyń b/c 200 ml,					

Wielospecjalistyczny Szpital
w Ostrowcu Świętokrzyskim
ul. Szymanowskiego 11
27-400 Ostrowiec Świętokrzyski

Data wydruku: 29.03.2024

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: Diety - chorzy
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 01.04.2024 do 08.04.2024

dieta	wartość energet.	2272,23 Kcal	białko	92,208 g	tłuszcz	82,018 g	węglow.przysw.	319,153 g
	nasycone kwasy tł.	57,603 g	błonnik	37,698 g	sól	3,817 g	cukier prosty	10,249 g

Osoba sporządzająca:

Marta Lefek-Dryja

Tamara Wydrzycka