

26.12.2024

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Jajko na twardo (3) 1 sztuka Masło 20g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Schab duszony w sosie własnym 200 g (1) Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150 g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 110.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 85.67 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,1 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Jajko na twardo (3) 1 sztuka Masło 20g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Schab duszony w sosie własnym 200 g (1) Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2208 kcal, białko 108.96 g, węglowodany 267.30 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 83.67 g, w tym nasycone 44 g, błonnik 33,9 g, sól 5,9 g

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Jajko na twardo (3) 1 sztuka Masło 15g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Schab duszony w sosie własnym 200 g (1) Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g (3,7) Ser żółty (1) 30 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 108.96 g, węglowodany 267.30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 83.67 g, w tym nasycone 40 g, błonnik 33,9 g, sól 5,9 g

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 sztuka Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Schab duszony w sosie własnym 200 g (1) Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g (3,7) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 110.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 85.67 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,1 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka śniadaniowa mleczno-kukurydziana (1,3,7) 300g                      Jabłko pieczone 100g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml                      Schab duszony w sosie własnym 200g (1) (zmielony)                      Ziemniaki z wody 200g (puree)                      Warzywa z wody (7) 100g (zblendowane)                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka z kaszy manny na gęsto (1,7) 200 g                      z masłem (7) 20 g                      Jabłko duszone 150 g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt naturalny (7) 150g</p>

Wartości odżywcze: 2198 kcal, białko 113.34 g, węglowodany 279.40 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 84.67 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 30,9 g, sól 5,5 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml                      Chleb żytni (1) 70g                      Chleb pszenno-żytni (1) 30g                      Jajko na twardo (3) 1 sztuka                      Masło 15g (7)                      Serek śmietankowy (7) 1 szt.                      Pomidor 80g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml                      Gulasz z warzywami z dodatkiem ciecierzycy 200 g (1)                      Ziemniaki z wody 200g                      Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g                      Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7)                      Ser żółty (7) 30 g                      Masło 20g (7)                      Sałata 20 g                      Ogórek zielony 80g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jogurt naturalny (7) 150g</p>

Wartości odżywcze: 2238 kcal, białko 105.93 g, węglowodany 257.35 g, w tym cukry 38 g, tłuszcz 91.87 g, w tym nasycone 43 g, błonnik 39,9 g, sól 6,0 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni <b>(1)</b> 70g Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 30g Margaryna bezmleczna 20g Jajko na twardo <b>(3)</b> 1 sztuka Szyńka delikatesowa z kurcząt <b>(1,6,7,9,10)</b> 80 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Schab duszony w sosie własnym 200 g <b>(1)</b> Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Galareta drobiowa 150g <b>(3,7, 10)</b> Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

**Wartości odżywcze:** 2224 kcal, białko 108.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 83.45 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,0 g

27.12.2024

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 140g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2158 kcal, białko 115.41 g, węglowodany 244.37 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115.41 g, węglowodany 243.14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (1) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115,41 g, węglowodany 243,14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86,76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy z koperkiem (7) 100g Masło 20g (7) Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2103 kcal, białko 113,45 g, węglowodany 233,34 g, w tym cukry 29,2 g, tłuszcz 86,76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 35,4 g, sól 5,5 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Kleik ryżowy mleczny z maselkiem (7) 300g                      Jogurt naturalny (7) 150g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml (zblendowana)                      Filet z miruny gotowany (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g                      Ziemniaki z wody 200g (puree)                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków (1,7) 200g                      Bułka kajzerka (1) 60 g (do maczania w mleku)                      Mleko (7) 200g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 2101 kcal kcal, białko 110.8 g, węglowodany 253.34 g, w tym cukry 32,2 g, tłuszcz 83.45 g, w tym nasycone 36.5 g, błonnik 31.3 g, sól 5,2 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Ryż na mleku (7) 250 ml                      Chleb żytni (1) 70g                      Chleb pszenno-żytni (1) 30g                      Masło 20g (7)                      Ser twarogowy z koperkiem (7) 100 g                      Ogórek zielony 80g                      Dżem 50 g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml                      Kotleciki ziemniaczane z serem i pieczarkami (1,3,7,) 350g                      Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g                      Ser żółty (7) 70 g                      Dżem 50 g                      Ogórek kiszony 100 g                      Masło 20g (7)                      Sałata 20 g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 2163 kcal kcal, białko 109.56 g, węglowodany 238.56 g, w tym cukry 31,34 g, tłuszcz 87.86 g, w tym nasycone 38,9 g, błonnik 36.2 g, sól 5,5 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębową 80 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (9) 350ml Filet z miruny smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 80g Ogórek kiszony 100 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2183 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 239.37 g, w tym cukry 31.9 g, tłuszcz 85.12 g, w tym nasycone 37,3 g, błonnik 35,4 g, sól 5,5 g

28.12.2024

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Szynka dębowa 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze:2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kiełbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze:2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (1) 30 g Sałata 20 g Masło 15g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2243 kcal, białko 117.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 87.89g, w tym nasycone 30.8 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Szynka dębowa 80 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Sałata 20 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 254.30 g, w tym cukry 33.5 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 38.8g, sól 5,9g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka mleczna śniadaniowa z kaszą manną (1,3,7) 400g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml (zblendowana) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki z wody 200g (puree) Banan dojrzały 1 szt Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Kleik ryżowy (7,9) 200ml Chleb pszenny (1) 100g (moczone w mleku) Mleko (7) 200 ml Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 2191 kcal, białko 113.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 38.2 g, tłuszcz 87.84g, w tym nasycone 31.0 g, błonnik 34.8g, sól 5,9g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Ser żółty 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką (1, 3, 6, 10) 350 ml Kotlet z cieciorke (1,3) 130 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100g Serek wiejski (7) 150 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 2223 kcal, białko 115.56 g, węglowodany 278.45 g, w tym cukry 37.3 g, tłuszcz 86.39g, w tym nasycone 30.8 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Jajko na twardo (3) 1 szt. Szynka dębową 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z natką (1, 6, 10) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i ogórkiem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Kiełbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szynka dębową 30 g

Wartości odżywcze: 2236 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 258.90 g, w tym cukry 34.8 g, tłuszcz 87.45g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,0g

29.12.2024

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ketchup 20g Ser żółty (7) 50 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ketchup 20g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 221.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.69 g, w tym nasycone 29.9 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Parówki na gorąco (1,9) 120 g Ketchup 20g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Ser żółty 50g Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 15 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2119 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 86.14 g, w tym nasycone 26.5 g, błonnik 33 g, sól 5,8 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ketchup 20g Ser żółty (7) 50 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Kleik ryżowy z dodatkiem oliwy (1,3,7) 300g Jogurt owocowy (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Rosół z makaronem (1,3, 9) 350 ml (zblendowany) Kurczak gotowany w sosie (1,7,) 200 g (mielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka z kaszą i brokułem – (1,7,) 350g Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Sok warzywny 330ml</p>

Wartości odżywcze: 2099 kcal, białko 109.42 g, węglowodany 232.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Pasta z fasoli z warzywami (4) 100 g Ser żółty (7) 50 g Papryka 80g Herbata bez cukru (7) 300ml</p>	<p>Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Jajko sadzone 2 sztuki (3) 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 3 szt. Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Sok warzywny 330ml</p>

Wartości odżywcze: 2109 kcal, białko 118.48 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 31,8 g, tłuszcz 91.09 g, w tym nasycone 31.5 g, błonnik 33 g, sól 6,0 g

## Dieta bezmleczna

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Ketchup 20g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3,9) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Tuńczyk w sosie własnym (4) 1 szt. Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2102 kcal, białko 109.42 g, węglowodany 227.90 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 87.09 g, w tym nasycone 28.9 g, błonnik 33 g, sól 5,3 g

30.12.2024

Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 263.16 g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii*	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, marchewką i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Sałata 20 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 263.16 g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Serek wiejski lekki (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, marchewką i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2161 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 266.56 g, w tym cukry 42.5 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kwaszony 100 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2147 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 262.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka pszenna (1) 50 g (do maczania w mleku)  Mleko (7) 200 ml  *Serek wiejski (7) 150g  Dżem – 40g  Banan dojrzały 1 szt  Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml (zblendowana)  Papka mięsna obiadowa 400ml (1,3,7,9)  Jabłko pieczone – 100g  Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Papka ryżowa z pieczonymi jabłkami (7) 300g  Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>*Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100 g</p>

Wartości odżywcze: 2093 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 254.16 g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 73.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Chleb żytni (1) 70g  Chleb pszenno-żytni (1) 30g  Masło 20g (7)  Serek wiejski (7) 150 g  Ogórek kwaszony 100 g  Banan 1 szt  Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml  Makaron spaghetti 180g (1) z sosem warzywnym z ciecierzycą i serem (7,9) 400 g tj. 200g/210g/10g  Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g  Jajko na twardo (3) 50g  Masło 20g (7)  Sałata 20 g  Pomidor 80 g  Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100 g</p>

Wartości odżywcze: 2047 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 258.46 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 73.16 g, w tym nasycone 30.5, błonnik 34.64 g, sól 4.65 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębowa 80 g Ogórek kiszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową ( 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, warzywami (1,3,) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

**Wartości odżywcze: 2131 kcal, białko 108.45 g, węglowodany 256.56 g, w tym cukry 42.5 g, tłuszcz 74.16 g, w tym nasycone 31.0, błonnik 32.94 g, sól 4.5g**

31.12.2024

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko (7) 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g (Sos bez dodatku śmietany) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 15g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Gulasz wegetariański 220g (1) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyunka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2109 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 73.45 g, w tym nasycone 28.32 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyunka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2147 kcal, białko 113.96 g węglowodany 265.25 g, w tym cukry 36.8 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 38.9 g, sól 4,7 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>*Papka mleczna śniadaniowa z płatkami (1,3,7) 300g                      Jabłko pieczone – 100g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Zupa krem z brokuła (7,9) 350 ml                      Filet w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 220g (mielona)                      Ziemniaki z wody 200g (puree)                      Buraczki z olejem (zblendowane) 100g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>*Kaszotto z pomidorami (1,7,9,) 250g (zmielone)                      Jogurt owocowy (7) 150g                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 2029 kcal, białko 105.96 g węglowodany 249.55 g, w tym cukry 41.5 g, tłuszcz 72.25 g, w tym nasycone 29.37 g, błonnik 32.8 g, sól 4,2 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml                      Chleb żytni (1) 70g                      Chleb pszenno-żytni (1) 30g                      Serek kiri (7) 2 szt.                      Masło 20g (7)                      Pomidor 80 g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml                      Gulasz wegetariański (1,) 200 g                      Kasza jęczmienna 100 g                      Buraczki z olejem 120 g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g                      Serek wiejski na słodko na słodko (7) 150g                      Ser żółty (7) 50 g                      Masło 20g (7)                      Sałata 20 g                      Jabłko 1 szt                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 300 ml</p>

Wartości odżywcze: 2117 kcal, białko 107.75 g węglowodany 257.9 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 71.45 g, w tym nasycone 29.17 g, błonnik 38.8 g, sól 4,7 g

## Dieta bezmleczna

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (9) 350 ml Gulasz wegetariański (1,) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Szynka gotowana wędzona (6,9) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Ogórek zielony 80g Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 27.83 g, błonnik 38.8 g, sól 4,7 g

01.01.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 79.12 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 20g (7) Sałata 20 g Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Chleb pszenno- żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 77.32 g, w tym nasycone 28.57 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 15g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 77.32 g, w tym nasycone 28.57 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 80g Ser żółty (7) 70 g Pomidor 80g Sałata 20 g Herbata bez cukru (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 79.12 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka pszenna (1) 50 g (do maczania w mleku)                      Mleko (7) 200 ml                      *Twaróg (7) 100g                      Dżem 50 g                      Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml                      Ziemniaki z wody 200g (puree)                      Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (mielona)                      Ziemniaki z wody 200g (puree)                      Marchew gotowana (7) 100g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Krem z białych warzyw (1,3,9) 350 ml                      Chleb pszenno-żytni (1) 100g (bez skórki- do maczania w zupie)                      Herbata bez cukru 300 ml</p> <p>Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka</p>	<p>Jogurt owocowy (7) 150 g</p>

Wartości odżywcze: 2123 kcal, białko 98.5 g, węglowodany 302.54 g, w tym cukry 46.8 g, tłuszcz 81.43 g, w tym nasycone 28.31 g, błonnik 38.80 g, sól 5,4 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
<p>Bułka grahamka (1) 60 g                      Chleb żytni (1) 40 g                      Masło 20g (7)                      Ser żółty (7) 70 g                      Pomidor 80 g                      Sałata 20 g                      Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml</p>	<p>Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml                      Kotleciki z kalafiora (1,3) 150 g                      Ziemniaki z koperkiem 200 g                      Fasolka szparagowa gotowana 100 g                      Kompot z owocami bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni (1) 100 g                      Masło 20g (7)                      Ser żółty (7) 50 g                      Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g                      Herbata bez cukru 300 ml</p>	<p>Chleb żytni(1) 30 g                      Masło 10g (7)                      Ser żółty (7) 20 g</p>

Wartości odżywcze: 2284 kcal, białko 103.00 g, węglowodany 290.43 g, w tym cukry 42.6 g, tłuszcz 74.12 g, w tym nasycone 28.17 g, błonnik 43.90 g, sól 5,4 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 40 g Margaryna bezmleczna 20g Szyńka dębowa drobiowa 80g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Margaryna bezmleczna 20g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i koperkiem (3,7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szyńka dębowa 30 g

**Wartości odżywcze: 2300 kcal, białko 114.65 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 42.6 g, tłuszcz 77.12 g, w tym nasycone 28.97 g, błonnik 42.80 g, sól 5,1 g**

### **Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.**

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne, (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

**Informacje na temat diety dostępne u dietetyka oraz w kuchni**

opracowanie: mgr. Nikolinę Kmieć– dietetyk kliniczny

tel. 577 770 469

gmail: nikolinakmiec@gmail.com

## **Alergeny występujące w żywności**

1. Ziarna zbóż zawierające **GLUTEN**, tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz czy też pszenica kamut, a także ziarna odmian hybrydowych powyższych zbóż oraz produkty przygotowane na ich bazie
2. **SKORUPIAKI** i produkty pochodne
3. **JAJA** i produkty pochodne;
4. **RYBY** i produkty pochodne
5. **ORZESZKI ZIEMNE** (arachidowe) i produkty pochodne
6. **SOJA** i produkty pochodne
7. **MLEKO** i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. **ORZECHY** tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illino inensis*), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje / orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia (*Macadamia*) lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego
9. **SELER** i produkty pochodne
10. **GORCZYCA** i produkty pochodne
11. **NASIONA SEZAMU** i produkty pochodne
12. **DWUTLENEK SIARKI** i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. **ŁUBIN** i produkty pochodne