

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 237,41 Białko (g) -89,42 Tłuszcze (g) -83,77 - w tym tł. nasycone (g) -35,35
<b>OBIAD</b>	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 180g (1,2,3) Ryż 200g Surówka z selera 120g (2,7,8)	Węglowodany ogółem (g) -311,95 - w tym cukry (g) -50,58
<b>KOLACJA</b>	Sałatka jarzynowa 150g (3,6,7,8) Szynek drobiowa 40g (3,6,7) Sałata Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Błonnik (g) -32,60 Sól (g) -7,16 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 455,26 Białko (g) -96,31 Tłuszcze (g) -88,89 - w tym tł. nasycone (g) -38,27
<b>OBIAD</b>	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak w sosie słodko kwaśnym 180g (1,2,3) Ryż 200g Surówka z selera 120g (2,7,8)	Węglowodany ogółem (g) -348,58 - w tym cukry (g) -66,14
<b>KOLACJA</b>	Sałatka jarzynowa 150g (3,6,7,8) Szynek drobiowa 40g (3,6,7) Sałata Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Błonnik (g) -33,55 Sól (g) -7,23 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Kasza manna z musem brzoskwiowym (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 198,51  Białko (g) -87,04  Tłuszcze (g) -70,42 - w tym tł. nasycone (g) -32,72  Węglowodany ogółem (g) -323,41 - w tym cukry (g) -60,08  Błonnik (g) -22,01  Sól (g) -6,94 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką 90g (gotowana) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,6,9) Szynek drobiowa 40g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Serek wiejski 200g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 009,61  Białko (g) -93,01  Tłuszcze (g) -72,67 - w tym tł. nasycone (g) -34,13  Węglowodany ogółem (g) -265,01 - w tym cukry (g) -25,21  Błonnik (g) -20,97  Sól (g) -7,69 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką 90g (gotowana) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,6,9) Szynek drobiowa 40g (3,6,7) Sałata Kiwi 100g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt naturalny 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Jajko 1szt. (8) Szynkowa drobiowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 40g, ogórek 40g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 203,63 Białko (g) -87,92 Tłuszcze (g) -85,92 - w tym tł. nasycone (g) -38,55
<b>OBIAD</b>	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą 90g (1,2,3,8) (smażone) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) -300,82 - w tym cukry (g) -37,2 Błonnik (g) -33,15
<b>KOLACJA</b>	Ser żółty 30g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g) -7,10 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Napój probiotyczny 150ml (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Jajko 1szt. (8) Szynkowa drobiowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 40g, ogórek 40g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 484,07 Białko (g) -98,91 Tłuszcze (g) -97,00 - w tym tł. nasycone (g) -44,53
<b>OBIAD</b>	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą 90g (1,2,3,8) (smażone) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) -335,78 - w tym cukry (g) -51,05 Błonnik (g) -34,07
<b>KOLACJA</b>	Ser żółty 30g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g) -7,26 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Ciasto (1,2,8), kakao 200ml (2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Napój probiotyczny 150ml (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka (8) Szynkowa drobiowa 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 079,15  Białko (g) –82,96  Tłuszcze (g) –75,85 - w tym tł. nasycone (g) –35,89  Węglowodany ogółem (g) –293,78 - w tym cukry (g) –38,41  Błonnik (g) –29,95  Sól (g) –6,88 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki drobiowe z warzywami – gotowane 130g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
<b>KOLACJA</b>	Twaróg z koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Napój probiotyczny 150ml (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka (8) Szynkowa drobiowa 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) –2 009,15  Białko (g) –79,41  Tłuszcze (g) –74,10 - w tym tł. nasycone (g) –34,64  Węglowodany ogółem (g) –286,43 - w tym cukry (g) –25,76  Błonnik (g) –32,41  Sól (g) –7,29 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki drobiowe z warzywami – gotowane 130g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
<b>KOLACJA</b>	Twaróg z koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku 300ml (1) Szynka kanapkowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 210,26 Białko (g) -78,97 Tłuszcze (g) -83,57 - w tym tł. nasycone (g) -38,29
<b>OBIAD</b>	Koperkowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos własny 100g (1,2,3) Kasza z warzywami 200g (2,3,6) Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -313,03 - w tym cukry (g) -58,81 Błonnik (g) -29,46
<b>KOLACJA</b>	Galaretka z kurczaka z warzywami 90g (7) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -5,83 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku 300ml (1) Szynka kanapkowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 420,56 Białko (g) -86,28 Tłuszcze (g) -90,14 - w tym tł. nasycone (g) -42,14
<b>OBIAD</b>	Koperkowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos własny 100g (1,2,3) Kasza z warzywami 200g (2,3,6) Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -346,73 - w tym cukry (g) -77,48 Błonnik (g) -32,85
<b>KOLACJA</b>	Galaretka z kurczaka z warzywami 90g (7) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -5,92 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Budyń z malinami 250ml (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku 300ml (1) Szynka kanapkowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 140,10  Białko (g) -77,59  Tłuszcze (g) -79,99 - w tym tł. nasycone (g) -39,07  Węglowodany ogółem (g) -301,46 - w tym cukry (g) -58,8  Błonnik (g) -26,06  Sól (g) -5,72 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Koperkowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Szynka duszona 90g Sos własny 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
<b>KOLACJA</b>	Galaretka z kurczaka z warzywami 90g (7) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Serek wiejski 150g (2) Szynka kanapkowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 007,35  Białko (g) -89,86  Tłuszcze (g) -81,82 - w tym tł. nasycone (g) -40,14  Węglowodany ogółem (g) -251,99 - w tym cukry (g) -37,71  Błonnik (g) -25,56  Sól (g) -6,24 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Koperkowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Szynka duszona 90g Sos własny 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
<b>KOLACJA</b>	Galaretka z kurczaka z warzywami 90g (7) Serek Favita 20g (2) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt naturalny 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Szynka śniadaniowa 50g (3,6,7) Bukiet świeżych warzyw 90g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 15g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 206,63 Białko (g) -93,76
<b>OBIAD</b>	Zupa meksykańska z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Naleśniki z serem i frużeliną wiśniową 300g (1,2,3,8)	Tłuszcze (g) -84,92 - w tym tł. nasycone (g) -35,41 Węglowodany ogółem (g) -291,58 - w tym cukry (g) -32,72
<b>KOLACJA</b>	Pasta z wędzonej makreli z ryżem i szczypiorkiem 70g (1,2,3,7,9) Szynka kanapkowa 20g (3,6,7) Sałata, ogórek 50g Kiwi 100g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Herbata	Błonnik (g) -26,43 Sól (g) -7,34 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Szynka śniadaniowa 50g (3,6,7) Bukiet świeżych warzyw 90g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 15g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 171,63 Białko (g) -91,76
<b>OBIAD</b>	Zupa meksykańska z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Naleśniki z serem i frużeliną wiśniową 300g (1,2,3,8)	Tłuszcze (g) -84,42 - w tym tł. nasycone (g) -35,29 Węglowodany ogółem (g) -283,33 - w tym cukry (g) -32,47
<b>KOLACJA</b>	Pasta z wędzonej makreli z ryżem i szczypiorkiem 70g (1,2,3,7,9) Szynka kanapkowa 20g (3,6,7) Sałata, ogórek 50g Kiwi 100g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Herbata	Błonnik (g) -23,68 Sól (g) -6,86 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Kanapka z serkiem i warzywami, herbata owocowa (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Szynka śniadaniowa 50g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 076,98  Białko (g) -78,58  Tłuszcze (g) -76,22 - w tym tł. nasycone (g) -33,91  Węglowodany ogółem (g) -302,29 - w tym cukry (g) -29,22  Błonnik (g) -35,28  Sól (g) -7,55 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Udko faszerowane szpinakiem - gotowane 140g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 120g	
<b>KOLACJA</b>	Szynka kanapkowa 40g (3,7,6) Serek Favita 20g (2) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.04.2024 D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Szynka śniadaniowa 50g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 076,98  Białko (g) -78,58  Tłuszcze (g) -76,22 - w tym tł. nasycone (g) -33,91  Węglowodany ogółem (g) -302,29 - w tym cukry (g) -29,22  Błonnik (g) -35,28  Sól (g) -7,55 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Udko faszerowane szpinakiem - gotowane 140g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi 120g	
<b>KOLACJA</b>	Szynka kanapkowa 40g (3,7,6) Serek Favita 20g (2) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kluski lane na mleku 300ml (1,2,8) Twaróg z oliwkami i pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 225,70 Białko (g) -92,17 Tłuszcze (g) -82,87 - w tym tł. nasycone (g) -35,53
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba zapiekana z warzywami 140g (1,2,3,) Ziemniaki 200g Surówka wiosenna 120g	Węglowodany ogółem (g) -305,40 - w tym cukry (g) -53,05
<b>KOLACJA</b>	Jajko 1 szt (8) Sos tatarskim 50g (7,8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -29,78 Sól (g)-7,47 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kluski lane na mleku 300ml (1,2,8) Twaróg z oliwkami i pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 412,80 Białko (g) -94,56 Tłuszcze (g) -88,27 - w tym tł. nasycone (g) -36,01
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba zapiekana z warzywami 140g (1,2,3,) Ziemniaki 200g Surówka wiosenna 120g	Węglowodany ogółem (g) -339,57 - w tym cukry (g) -76,89
<b>KOLACJA</b>	Jajko 1 szt (8) Sos tatarskim 50g (7,8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -31,99 Sól (g) -7,49 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Kisiel z truskawkami i migdałami (10)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kluski lane na mleku 300ml (1,2,8) Twaróg z pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 103,71  Białko (g) -84,50  Tłuszcze (g) -72,16 - w tym tł. nasycone (g) -34,53  Węglowodany ogółem (g) -301,78 - w tym cukry (g) -50,23  Błonnik (g) -25,28  Sól (g) -6,91 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet rybny gotowany 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2) Ziemniaki 200g Sałata z sosem z maślanki 70g (2)	
<b>KOLACJA</b>	½ jajka 25g (8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Twaróg z pietruszką 50g (2) Kanapkowa 50g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 035,01  Białko (g) -97,60  Tłuszcze (g) -74,59 - w tym tł. nasycone (g) -35,23  Węglowodany ogółem (g) -266,30 - w tym cukry (g) -27,87  Błonnik (g) -24,96  Sól (g) -7,79 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet rybny gotowany 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2) Ziemniaki 200g Sałata z sosem z maślanki 70g (2)	
<b>KOLACJA</b>	Jajko 50g (8) Szynka śniadaniowa 50g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek wiejski lekki 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, ogórek 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 226,37 Białko (g) -81,01 Tłuszcze (g) -77,35 - w tym tł. nasycone (g) -34,76
<b>OBIAD</b>	Ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Filet drobiowy duszony 90g Sos szpinakowy 100g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z marchwi 120g	Węglowodany ogółem (g) -332,34 - w tym cukry (g) -55,57 Błonnik (g) -33,44
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Gruszka 140g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,26 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, ogórek 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b> Energia (kcal) -2 407,76 Białko (g) -91,34 Tłuszcze (g) -81,42 - w tym tł. nasycone (g) -35,77
<b>OBIAD</b>	Ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Filet drobiowy duszony 90g Sos szpinakowy 100g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z marchwi 120g	Węglowodany ogółem (g) -358,73 - w tym cukry (g) -75,42 Błonnik (g) -34,22
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Gruszka 140g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,38 ( w tym sól dodana 2g)
<b>PODWIECZOREK</b>	Galaretka z maślanki z brzoskwiniami i orzechami (2,10)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Dżem 25g Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 073,56  Białko (g) -78,27  Tłuszcze (g) -71,40 - w tym tł. nasycone (g) -32,78
<b>OBIAD</b>	Ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Filet drobiowy duszony 90g Sos szpinakowy 100g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z marchwi 120g	Węglowodany ogółem (g) -304,70 - w tym cukry (g) -47,05  Błonnik (g) -27,85
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	Sól (g) -6,21 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt owocowy 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Serek Favita 40g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -1 998,61  Białko (g) -80,32  Tłuszcze (g) -69,06 - w tym tł. nasycone (g) -31,23
<b>OBIAD</b>	Ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Filet drobiowy duszony 90g Sos szpinakowy 100g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Surówka z marchwi 120g	Węglowodany ogółem (g) -291,95 - w tym cukry (g) -33,66
<b>KOLACJA</b>	Pasta z łososia 30g (1,3,7,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -30,56  Sól (g) -6,41 ( w tym sól dodana 2g)
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Jogurt naturalny 150g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2024**
**Dieta podstawowa**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka 25g (8) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 212,31  Białko (g) -97,86  Tłuszcze (g) -82,24 - w tym tł. nasycone (g) -40,41  Węglowodany ogółem (g) -296,71 - w tym cukry (g) -56,61  Błonnik (g) -28,37  Sól (g) -6,18 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak duszony 150g Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g Ciasto (1,2,8)	
<b>KOLACJA</b>	Ser żółty 30g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, ogórek, papryka 90g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2024**
**Dieta podstawowa – Oddział Położniczy**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka 25g (8) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 441,06  Białko (g) -106,45  Tłuszcze (g) -89,08 - w tym tł. nasycone (g) -43,64  Węglowodany ogółem (g) -334,00 - w tym cukry (g) -69,53  Błonnik (g) -32,74  Sól (g) -6,25 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak duszony 150g Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g Ciasto (1,2,8)	
<b>KOLACJA</b>	Ser żółty 30g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Dżem 25g Sałata, ogórek, papryka 90g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
<b>PODWIECZOREK</b>	Owsianka z owocami 250g (1,2)	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2024**
**Dieta lekkostrawna**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka 25g (8) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -2 129,08  Białko (g) -98,90  Tłuszcze (g) -77,33 - w tym tł. nasycone (g) -37,99  Węglowodany ogółem (g) -284,80 - w tym cukry (g) -50,8  Błonnik (g) -27,61  Sól (g) -6,07 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak duszony 150g Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
<b>KOLACJA</b>	Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Serek homogenizowany 100g (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2024**
**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

<b>ŚNIADANIE</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) ½ jajka 25g (8) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA:</b>  Energia (kcal) -1 984,83  Białko (g) -84,10  Tłuszcze (g) -73,63 - w tym tł. nasycone (g) -35,59  Węglowodany ogółem (g) -274,76 - w tym cukry (g) -33,15  Błonnik (g) -30,36  Sól (g) -6,52 ( w tym sól dodana 2g)
<b>OBIAD</b>	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak duszony 150g Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
<b>KOLACJA</b>	Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 40g (3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
<b>POSIŁEK DODATKOWY</b>	Sok pomidorowy 250ml (2)	
<b>ALERGENY</b>	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

