

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-16

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa bukowa 30g (**GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),
- Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem duszony 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko 150Por,
- Kolacja: Pizza pieczona 130g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Rukola 4Por,
- Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.90 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 415.20 g; Błonnik pokarmowy: 44.07 g; suma cukrów prostych: 121.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; Sód: 2942.61 mg; Sól: 7.37 g;

#### Lekkostrawna

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 30g (**SOJ**), Serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por,
- Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko pieczone 150g,
- Kolacja: Jajecznica na parze 140g (**JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Rukola 4Por,
- Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.45 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 72.09 g; Węglowodany ogółem: 333.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; suma cukrów prostych: 106.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; Sód: 2491.80 mg; Sól: 6.24 g;

#### Cukrzycowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa bukowa 30g (**GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),
2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem duszony 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy C 250g,
- Podwieczorek: Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Rukola 4Por,
- Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.08 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 89.41 g; Węglowodany ogółem: 360.00 g; Błonnik pokarmowy: 48.04 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; Sód: 2826.61 mg; Sól: 7.08 g;

#### Ubogopurynowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Serek śremski 40g (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-16

### Oddział: PACJENCI

#### Ubogopurynowa

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem duszony 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wielowocowy 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Pizza wegetariańska pieczona 130g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rukola 4Por,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.09 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 415.79 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; suma cukrów prostych: 122.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; Sód: 2558.69 mg; Sól: 6.41 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-17

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Dżem 25g,

Obiad: Zupa ogórkowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Krokiety ziemniaczane z serem smażone 200g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos pieczarkowy 100g (**GLU, MLE**), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy 250g, Kefir 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por, Sałata 1Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.71 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 109.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; Sód: 2702.81 mg; Sól: 6.76 g;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa ziemniaczana - krem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy 250g, Kefir 200g (**MLE**),

Kolacja: Sałatka owocowa 150g (**MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 40g (**SOJ**), Twarożek 40Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.41 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 352.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 128.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.93 g; Sód: 2951.13 mg; Sól: 7.39 g;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**),

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa ogórkowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos pieczarkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy C 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-17

### Oddział: PACJENCI

#### Cukrzycowa

Podwieczerek: Kefir 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser żółty 25g (**MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por, Sałata 1Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.42 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 73.89 g; Węglowodany ogółem: 286.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; Sód: 3165.41 mg; Sól: 7.92 g;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 20g (**GLU, SOJ, SEL**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Dżem 25g,

Obiad: Zupa ogórkowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Krokietki ziemniaczane z serem smażone 200g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos pieczarkowy 100g (**GLU, MLE**), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Kefir 200g (**MLE**),

Kolacja: Sałatka owocowa 150g (**MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por, Sałata 1Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.22 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 349.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; suma cukrów prostych: 136.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; Sód: 2573.95 mg; Sól: 6.44 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-18

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Paszтет wieprzowy 1Por (**GLU, SOJ, SEL**), Serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy 250g, Budyń z musem owocowym 200g (**GLU, MLE**),

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), szynka sołtysowej 30g, Roszponka 4Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.04 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 92.01 g; Węglowodany ogółem: 352.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; suma cukrów prostych: 121.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.40 g; Sód: 2623.59 mg; Sól: 6.57 g;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw L 250g (**MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Budyń z musem owocowym 200g (**GLU, MLE**),

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), szynka sołtysowej 30g, Roszponka 4Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-18

### Oddział: PACJENCI

#### Lekkostrawna

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.21 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 377.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 143.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; Sód: 2427.84 mg; Sól: 6.08 g;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml ( **GLU, JAJ, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), Szyńka 1Por ( **SOJ** ), Serek śremski 40g ( **MLE** ), Ogórek kiszony 30Por ,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por ( **GLU, SOJ, MLE** ),

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL** ), Pulpet mielony gotowany 90g ( **GLU, JAJ** ), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE** ), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE** ), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR** ), Kompot wielowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kiwi 1Por ,

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g ( **JAJ, SEL** ), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE** ), szynka soltysowej 30g , Roszponka 4Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.48 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 90.09 g; Węglowodany ogółem: 319.24 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; suma cukrów prostych: 69.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.37 g; Sód: 2998.18 mg; Sól: 7.50 g;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml ( **GLU, JAJ, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka gotowana 20g ( **SOJ** ), Serek śremski 40g ( **MLE** ), Ogórek kiszony 30Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL** ), Pulpet mielony gotowany 90g ( **GLU, JAJ** ), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE** ), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE** ), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR** ), Kompot wielowocowy 250g , Budyń z musem owocowym 200g ( **GLU, MLE** ),

Kolacja: Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 140g ( **JAJ, MLE** ), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), Ser żółty 1Por ( **MLE** ), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE** ), Roszponka 4Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.82 kcal; Białko ogółem: 125.00 g; Tłuszcz: 97.19 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; suma cukrów prostych: 121.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.78 g; Sód: 2772.49 mg; Sól: 6.94 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-19

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), filet maślany 30g ( **MLE** ), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE** ), Papryka świeża 25Por , Marmolada 25g ,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml ( **MLE, SEL** ), karkówka smażona 110g , Sos rumiany 100g ( **GLU** ), Kopytka ziemniaczane gotowane 250g ( **GLU, JAJ** ), Kapusta kiszona gotowana 150g ( **MLE** ), Kompot wielowocowy 250g , Jabłko 150Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), Szyńka 1Por ( **SOJ** ), Ser żółty 1Por ( **MLE** ), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE** ), Ogórek zielony 30Por , Rukola 4Por ,

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g ( **MLE** ),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-19

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.60 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 86.48 g; Węglowodany ogółem: 333.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; suma cukrów prostych: 101.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; Sód: 2823.49 mg; Sól: 7.06 g;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), filet maślany 30g ( **MLE**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por, Rukola 4Por, Marmolada 25g,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml ( **MLE, SEL**), Szyńka wieprzowa duszona 100g ( **SEL**), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane gotowane 250g ( **GLU, JAJ**), Buraczki gotowane 150g, Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko pieczone 150g,

Kolacja: Sałatka wiosenna L 150g ( **JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami L 40g ( **MLE**),

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g ( **MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.69 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; suma cukrów prostych: 113.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; Sód: 2446.75 mg; Sól: 6.12 g;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), filet maślany 30g ( **MLE**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Papryka świeża 25Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por ( **GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml ( **MLE, SEL**), Szyńka wieprzowa duszona 100g ( **SEL**), Sos rumiany 100g ( **GLU**), Kopytka ziemniaczane gotowane 180g ( **GLU, JAJ**), Kapusta kiszona gotowana 150g ( **MLE**), Kompot wieloowocowy C 250g,

Podwieczorek: Jabłko 150Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), Paprykarz rybny 1Por ( **RYB**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Ogórek zielony 30Por, Rukola 4Por,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.04 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 293.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g; suma cukrów prostych: 53.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; Sód: 3192.62 mg; Sól: 7.99 g;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), filet maślany 20g ( **MLE**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Papryka świeża 25Por, Marmolada 25g,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml ( **MLE, SEL**), Szyńka wieprzowa duszona 100g ( **SEL**), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane gotowane 250g ( **GLU, JAJ**), Kapusta kiszona gotowana 150g ( **MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), Paprykarz rybny 1Por ( **RYB**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Ogórek zielony 30Por, Rukola 4Por,

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g ( **MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.06 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; suma cukrów prostych: 101.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; Sód: 2645.27 mg; Sól: 6.62 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-20

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-20

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Ogórek kiszony 30Por,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki smażone z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.09 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 116.83 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 127.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.49 g; Sód: 2677.40 mg; Sól: 6.70 g;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Twarożek 40Por (**MLE**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Jajko sadzone 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g, Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Kefir 200g (**MLE**),

Kolacja: Sałatka ziemniaczana L 240g (**JAJ, MLE, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.30 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; suma cukrów prostych: 110.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; Sód: 2197.92 mg; Sól: 5.50 g;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Ogórek kiszony 30Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i serem kanapkowym z kiszonym ogórkiem 1Por (**GLU, MLE**),

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g, Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Kompot wieloowocowy C 250g,

Podwieczorek: Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana C 250g (**JAJ, MLE, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.33 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 90.98 g; Węglowodany ogółem: 335.78 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g; suma cukrów prostych: 74.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.14 g; Sód: 3250.41 mg; Sól: 8.13 g;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Ogórek kiszony 30Por,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki smażone z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko 150Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

### Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-20

#### Oddział: PACJENCI

##### Ubogopurynowa

Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.09 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 116.83 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 127.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.49 g; Sód: 2677.40 mg; Sól: 6.70 g;

### Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-21

#### Oddział: PACJENCI

##### Podstawowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por , Ogórek zielony 30Por ,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gulasz węgierski duszony 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g , Jabłko 150Por ,

Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.43 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 436.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; suma cukrów prostych: 155.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.67 g; Sód: 2135.04 mg; Sól: 5.34 g;

##### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Twarożek 40Por (**MLE**), Pomidor 30Por , Rukola 4Por ,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gulasz duszony z fileta drobiowego 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g , Jabłko pieczone z marmoladą 160g ,

Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.91 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 62.49 g; Węglowodany ogółem: 444.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; suma cukrów prostych: 162.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.89 g; Sód: 2062.87 mg; Sól: 5.16 g;

##### Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa budyniowa C 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por , Ogórek zielony 30Por ,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gulasz węgierski duszony 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane C 150g , Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Sałatka z brokuła C 200g (**GLU, JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-21**

### Oddział: PACJENCI

#### Cukrzycowa

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.03 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 81.79 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; suma cukrów prostych: 66.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; Sód: 3521.40 mg; Sól: 8.81 g;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL**), Twarożek ze szczypiorkiem 40Por (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gulasz warzywny duszony 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane 150g, Kompot wieloowocowy 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 15g (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Papryka świeża 25Por,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.59 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 439.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; suma cukrów prostych: 158.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; Sód: 2064.52 mg; Sól: 5.17 g;

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-22**

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka sołtysowej 40g, Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Roszponka 4Por, Ogórek kiszony 30Por,

Obiad: Rosół z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Kurczak w potrawce gotowany 150g (**GLU, JAJ, MLE**), Ryż gotowany 150g, Marchewka gotowana z groszkiem 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Galaretką owocowa 150g,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pasztet wieprzowy 1Por (**GLU, SOJ, SEL**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.89 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 91.93 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.37 g; Sód: 2751.68 mg; Sól: 6.88 g;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka sołtysowej 40g, Pasta jajeczna z koperkiem 30g (**JAJ, GOR**), Roszponka 4Por, Pomidor 30Por,

Obiad: Zupa dyniowa - krem 250ml (**MLE, SEL**), Kurczak w potrawce gotowany 150g (**GLU, JAJ, MLE**), Ryż gotowany 150g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g, Galaretką owocowa 150g,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 50g (**SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por, Dżem 25g,

Posiłek nocny: Pomarańcza 140Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.00 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 297.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g; suma cukrów prostych: 100.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; Sód: 2535.40 mg; Sól: 6.35 g;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka sołtysowej 40g, Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Roszponka 4Por, Ogórek kiszony 30Por,



## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-12-22

### Oddział: PACJENCI

#### Cukrzycowa

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por ( **GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Rosół z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Kurczak w potrawce gotowany 150g ( **GLU, JAJ, MLE**), Ryż gotowany 120g , Marchewka gotowana z groszkiem 150g ( **MLE**), Kompot wielowocowy C 250g ,
- Podwieczorek: Pomarańcza 140Por ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pasztet drobiowy 1Por ( **GLU, JAJ, SOJ**), Pomidor 30Por ,
- Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.06 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 102.89 g; Węglowodany ogółem: 284.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.11 g; Sód: 3227.52 mg; Sól: 8.08 g;

#### Ubogopurynowa

- Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka soltysowej 20g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g ( **JAJ, GOR**), Serek śremski 30g ( **MLE**), Roszponka 4Por , Ogórek kiszony 30Por ,
- Obiad: Zupa dyniowa - krem 250ml ( **MLE, SEL**), Kurczak w potrawce gotowany 150g ( **GLU, JAJ, MLE**), Ryż gotowany 150g , Marchewka gotowana z groszkiem 150g ( **MLE**), Kompot wielowocowy 250g , Galaretka owocowa 150g ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por ,
- Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.41 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 91.09 g; Węglowodany ogółem: 284.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; suma cukrów prostych: 88.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.66 g; Sód: 2770.44 mg; Sól: 6.93 g;