

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 2.03.25 r. (niedziela)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 80g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna). (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 80g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna). (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 80g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jęczmienna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 80g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna). (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 80g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ser biały 100g (MLEKO)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
II ŚNIADANIE	- Jabłko 150g	- Jabłko 150g	- Gotowane jabłko 150g	- Jabłko 150g - Masło orzechowe 10g (ORZECHY)	- Mus owocowy 100g	- Jabłko 150g
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z selera 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g (GLUTEN)</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z selera 150g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem razowym 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z selera 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Jogurt naturalny 150g (MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z selera 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
PODWIECZOREK	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	Galaretka owocowa b/c 200ml	Galaretka owocowa b/c 200ml Wiórki kokosowe 10g	Galaretka owocowa b/c półpłynna 200ml	- Serek wiejski 150g (MLEKO)
KOLACJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2428 kcal; B: 95,92 g; T: 89,34 g, w tym Tł. nasycone: 28,54 g; W: 322,51 g, w tym cukry 351,71 g; Błonnik: 26,91 g, Sól: 3,91

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2437 kcal; B: 99,38 g; T: 92,63 g, w tym Tł. nasycone: 29,60 g; W: 314,01 g, w tym cukry 155,49 g; Błonnik: 26,22 g, Sól: 4,04Wymienniki węglowodanowe (WW): 29

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2372 kcal; B: 95,64 g; T: 82,14 g, w tym Tł. nasycone: 23,44 g; W: 351,90 g, w tym cukry 342,71 g; Błonnik: 21,91 g, Sól: 3,91

Kaloryczność dla diety papkowej: 2376 kcal; B: 95,64 g; T: 82,14 g, w tym Tł. nasycone: 23,44 g; W: 351,12 g, w tym cukry 342,71 g; Błonnik: 22,11 g, Sól: 3,91

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2317 kcal; B: 96,74 g; T: 79,08 g, w tym Tł. nasycone: 22,19 g; W: 309,23 g, w tym cukry 342,71 g; Błonnik: 22,91 g, Sól: 3,91

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2526 kcal; B: 105,43 g; T: 92,96 g, w tym Tł. nasycone: 29,44 g; W: 332,59 g, w tym cukry 357,71 g; Błonnik: 26,91 g, Sól: 4,4

### Jadłospis szpital PIOTRKÓW 3.03.25 r. (poniedziałek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowany seler 105g</li> <li>- Pomidorki koktajlowe 105g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowany seler 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowany seler 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowany seler 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka gotowana extra 80g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
II ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie 30g (GLUTEN)</li> <li>- Serek śmietankowy 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek 40g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie 30g (GLUTEN)</li> <li>- Serek śmietankowy 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek 40g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie 30g (GLUTEN)</li> <li>- Serek śmietankowy 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek 40g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie pełnoziarniste 30g (GLUTEN)</li> <li>- Serek śmietankowy 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek 40g</li> </ul>	Sok owocowy 200ml	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo chrupkie 30g (GLUTEN)</li> <li>- Serek śmietankowy 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek 40g</li> </ul>
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 160g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 160g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 160g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 160g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Pomarańcza 130g</li> <li>- Płatki migdałowe 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 160g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchew, seler, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Szynka w sosie własnym 200g (m. wieprzowe, marchew, brokuł, fasola,, mąka pszenna, bulion, marchewka(SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
PODWIECZOREK	Baton zbożowy b./c 40g (GLUTEN)	Baton zbożowy b./c 40g (GLUTEN)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Baton zbożowy b./c 40g (GLUTEN)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)
KOLACJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 150g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2492 kcal; B: 118,65 g; T: 92,62 g, w tym Tł. nasycone: 34,67 g; W: 305,32 g, w tym cukry 175,22 g; Błonnik: 19,82 g, Sól: 9,56 g  
 Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2246 kcal; B: 114,93 g; T: 94,96 g, w tym Tł. nasycone: 34,39 g; W: 246,38 g, w tym cukry 101,62 g; Błonnik: 22,80 g, Sól: 9,55gWymienniki węglowodanowe (WW): 22,5  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2319 kcal; B: 108,23 g; T: 77,49 g, w tym Tł. nasycone: 27,64 g; W: 306,51 g, w tym cukry 171,88 g; Błonnik: 18,72 g, Sól: 7 g  
 Kaloryczność dla diety papkowej: 2316 kcal; B: 108,23 g; T: 77,49 g, w tym Tł. nasycone: 27,64 g; W: 305,71 g, w tym cukry 171,88 g; Błonnik: 18,62 g, Sól: 7 g  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2245 kcal; B: 108,15 g; T: 69,23 g, w tym Tł. nasycone: 22,16 g; W: 306,43 g, w tym cukry 171,88 g; Błonnik: 18,72 g, Sól: 7 g  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2647 kcal; B: 146,18 g; T: 92,52 g, w tym Tł. nasycone: 36,22 g; W: 312,57 g, w tym cukry 174,44 g; Błonnik: 20,31 g, Sól: 10,24 g

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 4.03.25 r. (wtorek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Ogórek kiszony bez skóry 105g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki gryczane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan 130g	Banan 130g	Banan 130g	Banan 130g Masło orzechowe 10g (ORZECHY)	Mus owocowo – warzywny 100g	Banan 130g
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO, MLEKO))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, mleko, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA, SELER))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, mleko, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA, SELER))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem peñoziarnistym bez mąki i śmietany 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO, MLEKO))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO, MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bulion, mleko, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA, SELER))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g (SELER, GLUTEN, MLEKO, MLEKO))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki z koperkiem 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>PODWIECZOREK</b>	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	- Maślanka 150g (MLEKO)	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 80g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2430 kcal; B: 107,93 g; T: 78,08 g, w tym Tł. nasycone: 30,4 g; W: 334,49 g, w tym cukry 194,80 g; Błonnik: 24,48g, Sól: 8,92 g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2339 kcal; B: 111,21 g; T: 80,52 g, w tym Tł. nasycone: 32,17 g; W: 305,41 g, w tym cukry 151,76 g; Błonnik: 26,58 g, Sól: 9,06 g Wymienniki węglowodanowe (WW): 27

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2362 kcal; B: 109,03 g; T: 78,61 g, w tym Tł. nasycone: 30,01 g; W: 314,79 g, w tym cukry 191,02 g; Błonnik: 20,70 g, Sól: 7,9 g

Kaloryczność dla diety papkowatej: 2355 kcal; B: 109,03 g; T: 78,61 g, w tym Tł. nasycone: 30,01 g; W: 314,01 g, w tym cukry 190,88 g; Błonnik: 20,40 g, Sól: 7,9 g

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2288 kcal; B: 108,95 g; T: 70,35 g, w tym Tł. nasycone: 24,53 g; W: 314,71 g, w tym cukry 190,94 g; Błonnik: 20,70 g, Sól: 7,9 g

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2553 kcal; B: 117,22 g; T: 82,47 g, w tym Tł. nasycone: 31,7 g; W: 346,10 g, w tym cukry 197,24 g; Błonnik: 26,56 g, Sól: 10,04 g

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 5.03.25 r. (środa)

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmienne na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 100g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Płatki jęczmienne na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Kasza manna na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Ser biały 100g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 100g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmienne na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 100g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka gotowana extra 20g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmienne na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 100g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmienne na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 120g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 30g</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Knedle z owocami 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Mandarynka 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Knedle z owocami 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Mandarynka 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Knedle z owocami 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Mandarynka 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Pierogi z serem i szpinakiem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Surówki z marchewki 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Kisiel owocowy b/c 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Knedle z owocami 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Mandarynka 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Knedle z owocami 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Polewa jogurtowa 50g (jog. (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Mandarynka 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>PODWIECZOREK</b>	Biszkopty 30g ( <b>GLUTEN</b> )	Biszkopty 30g ( <b>GLUTEN</b> )	- Kisiel owocowy b/c 200ml	Maślanka 150g ( <b>MLEKO</b> )	- Kisiel owocowy b/c półpłynny 200ml	Maślanka 150g ( <b>MLEKO</b> )
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 100g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 100g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 100g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor bez skóry120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 100g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 100g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor bez skóry120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 150g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2343 kcal; B: 87,08 g; T: 82,49 g, w tym Tł. nasycone: 30,22 g; W: 316,00 g, w tym cukry 163,56 g; Błonnik: 26,04 g, Sól: 5,62g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2223 kcal; B: 103,50 g; T: 88,91 g, w tym Tł. nasycone: 38,27 g; W: 268,19 g, w tym cukry 106,01 g; Błonnik: 23,61 g, Sól: 5,62gWymienniki węglowodanowe (WW): 25

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2285 kcal; B: 100,44 g; T: 78,20 g, w tym Tł. nasycone: 30,18 g; W: 308,39 g, w tym cukry 156,38 g; Błonnik: 24,67 g, Sól: 5,24 g

Kaloryczność dla diety papkowej: 2277 kcal; B: 100,44 g; T: 78,20 g, w tym Tł. nasycone: 30,18 g; W: 307,79 g, w tym cukry 156,28 g; Błonnik: 24,37 g, Sól: 5,24 g

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2181 kcal; B: 100,36 g; T: 67,92 g, w tym Tł. nasycone: 22,7 g; W: 306,21 g, w tym cukry 156,40 g; Błonnik: 24,17 g, Sól: 5,24 g

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2403 kcal; B: 104,25 g; T: 86,91 g, w tym Tł. nasycone: 32,39 g; W: 321,53g, w tym cukry 163,56 g; Błonnik: 26,73 g, Sól: 5,81g

**Jadłospis szpital PIOTRKÓW 6.03.25 r. (czwartek)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 40g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Ser żółty 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Marchewki mini 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g (<b>GLUTEN, SELER</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 40g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Ser żółty 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka wiśniowa 40g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Ser żółty 40g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g	Pomarańcza 130g Gorzka czekolada 10g ( <b>MLEKO</b> )	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowany cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowany cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Pieczywo chrupkie pełnoziarniste 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowany cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b>))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b>, groszek, curry., bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>PODWIECZOREK</b>	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> )	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (jabłko, jogurt nat.) ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> )
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Ogórek kiszony bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowany seler 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowany seler 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (<b>JAJA, GLUTEN</b>)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2490 kcal; B: 79,33 g; T: 75,32 g, w tym Tł. nasycone: 31,05 g; W: 378,19 g, w tym cukry 153,38 g; Błonnik: 15,98 g Sól: 7,35g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2632 kcal; B: 107,50 g; T: 97,33 g, w tym Tł. nasycone: 35,04 g; W: 355,28 g, w tym cukry 219 g; Błonnik: 27,25 g, Sól: 6,43 Wymienniki węglowodanowe (WW): 33

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2507 kcal; B: 77,41 g; T: 75,46 g, w tym Tł. nasycone: 31,13 g; W: 348,17 g, w tym cukry 160,22 g; Błonnik: 16,02 g Sól: 7,47g

Kaloryczność dla diety papkowatej: 2507 kcal; B: 77,41 g; T: 75,46 g, w tym Tł. nasycone: 31,13 g; W: 346,17 g, w tym cukry 159,12 g; Błonnik: 16,14 g Sól: 7,47g

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2397 kcal; B: 99,58 g; T: 76,15 g, w tym Tł. nasycone: 25,65 g; W: 343,17 g, w tym cukry 160,14 g; Błonnik: 17,28 g Sól: 7,47g

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2620 kcal; B: 87,30 g; T: 81,45 g, w tym Tł. nasycone: 20,47 g; W: 353,02 g, w tym cukry 231,44 g; Błonnik: 19,78 g Sól: 4,13g

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 7.03.25 r. (piątek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g (SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
II ŚNIADANIE	Gruszka 350g	Gruszka 130g	Gotowana gruszka 130g	Gruszka 150g Płatki migdałowe 10g	Sok owocowy 200ml	Gruszka 130g
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 140g (f.miruny, przyprawy, sok z cytryny (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchewka, kalafior, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 140g (f.miruny, przyprawy, sok z cytryny (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchewka, kalafior, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami bez mąki i śmietany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Kisiel owocowy b/c 200ml</li> <li>- Wiórki kokosowe 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, sok z cytryny (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (marchewka, kalafior, pietruszka)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 200g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
PODWIECZOREK	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN) Maślanka 150g (MLEKO)
KOLACJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 16,6g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2442 kcal; B: 93,51 g; T: 94,78 g, w tym Tł. nasycone: 35,04 g; W: 320,71 g, w tym cukry 176,37 g; Błonnik: 23,51 g Sól: 4,70g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2495 kcal; B: 91,85 g; T: 100,46 g, w tym Tł. nasycone: 28,10 g; W: 317,90 g, w tym cukry 184,01 g; Błonnik: 24,18 g; Sól: 4,85 g Wymienniki węglowodanowe (WW): 29

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2553 kcal; B: 96,76 g; T: 96,36 g, w tym Tł. nasycone: 24,38 g; W: 325,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Sól: 5,61g

Kaloryczność dla diety papkowej: 2493 kcal; B: 98,55 g; T: 92,62 g, w tym Tł. nasycone: 22,38 g; W: 321,30 g, w tym cukry 176,91 g; Błonnik: 23,66 g Sól: 4,60g

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2450 kcal; B: 93,76 g; T: 87,36 g, w tym Tł. nasycone: 20,,38 g; W: 324,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Sól: 5,61g

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2673 kcal; B: 103,76 g; T: 99,36 g, w tym Tł. nasycone: 27,86 g; W: 327,94 g, w tym cukry 180,15 g; Błonnik: 24,418g Sól: 5,75g

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 8.03.25 r. (sobota)

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Schab kruchy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Schab kruchy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ogórek kiszony bez skóry 105g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na wywarze jarzynowym 300g (<b>GLUTEN, SELER</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Schab kruchy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane z m. razowej na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Schab kruchy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Schab kruchy 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Parówka 1 szt. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ogórek kiszony 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	- Ciasteczka żytnie b/c 50g ( <b>GLUTEN</b> )	- Ciasteczka żytnie b/c 50g ( <b>GLUTEN</b> )	Sok marchewkowy 200ml	- Ciasteczka żytnie b/c 50g ( <b>GLUTEN</b> )	Sok marchewkowy 200ml	- Ciasteczka żytnie b/c 50g ( <b>GLUTEN</b> )
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 160g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (<b>GLUTEN, SOJA, SELER</b>))</li> <li>- Kasza gryczana 200g (<b>GLUTEN, JAJA</b>)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Pulpety w sosie pomidorowym 160g (m. drobiowe., przyprawy, koncentrat pom. (<b>MLEKO, GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jagłana 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Pulpety w sosie pomidorowym 160g (m. drobiowe., przyprawy, koncentrat pom. (<b>MLEKO, GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jagłana 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 160g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (<b>GLUTEN, SOJA, SELER</b>))</li> <li>- Kasza gryczana 200g (<b>GLUTEN, JAJA</b>)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Sok pomidorowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Pulpety w sosie pomidorowym 160g (m. drobiowe., przyprawy, koncentrat pom. (<b>MLEKO, GLUTEN</b>))</li> <li>- Kasza jagłana 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (<b>GLUTEN, SOJA, SELER</b>))</li> <li>- Kasza gryczana 200g (<b>GLUTEN, JAJA</b>)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>PODWIECZOREK</b>	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka jarzynowa 120g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2435 kcal; B: 102,88 g; T: 94,56 g, w tym Tł. nasycone: 29,58 g; W: 303,55 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 20,96 g; Sól: 6,18g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2552 kcal; B: 106,57 g; T: 95,19 g, w tym Tł. nasycone: 29,74 g; W: 327,13 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 21,8 g; Sól: 6,18 Wymienniki węglowodanowe (WW): 31

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2474 kcal; B: 108,68 g; T: 99,46 g, w tym Tł. nasycone: 32,56 g; W: 293,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 20,56 g; Sól: 6,08g

Kaloryczność dla diety papkowej: 2468 kcal; B: 108,68 g; T: 99,46 g, w tym Tł. nasycone: 32,56 g; W: 292,45 g, w tym cukry 147,36 g; Błonnik: 20,54 g, Sól: 6,08g  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2370 kcal; B: 104,33 g; T: 93,44 g, w tym Tł. nasycone: 28,46 g; W: 293,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 20,51 g, Sól: 6,08g  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2555 kcal; B: 113,94 g; T: 98,76 g, w tym Tł. nasycone: 32,44 g; W: 303,55 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 21,03 g, Sól: 6,40g

### Jadłospis szpital PIOTRKÓW 9.03.25 r. (niedziela)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sucha staropolska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sucha staropolska 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na warzywie jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Sucha staropolska 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż brązowy na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sucha staropolska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka b/c	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sucha staropolska 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sucha staropolska 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>II ŚNIADANIE</b>	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Mus owocowo – warzywny 100g Gorzka czekolada 10g (MLEKO)	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml
<b>OBIAD</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 300g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 300g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 300g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem razowym 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 300g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot b/c 250ml  - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 300g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 160g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 300g - Surówka z kiszonych ogórków 150g - Kompot 250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)
<b>KOLACJA</b>	- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany seler 120 g - Marchewki mini 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany seler 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany seler 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2290 kcal; B: 110,71 g; T: 82,95 g, w tym Tł. nasycone: 30,97 g; W: 283,97 g, w tym cukry 103,96 g; Błonnik: 18,83 g Sól 6,07g  
 Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2415 kcal; B: 113,71 g; T: 84,45 g, w tym Tł. nasycone: 32,08 g; W: 308,76 g, w tym cukry 154,89 g; Błonnik: 18,83 g, Sól: 5,67 g Wymienniki węglowodanowe (WW): 29  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2355 kcal; B: 114,12 g; T: 84,75 g, w tym Tł. nasycone: 31,24 g; W: 286,72 g, w tym cukry 104,66 g; Błonnik: 19,53 g Sól 6,22g  
 Kaloryczność dla diety papkowej: 2355 kcal; B: 114,12 g; T: 84,75 g, w tym Tł. nasycone: 31,24 g; W: 286,72 g, w tym cukry 104,66 g; Błonnik: 19,53 g Sól 6,22g  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2435 kcal; B: 107,66 g; T: 79,45 g, w tym Tł. nasycone: 86,14 g; W: 286,72 g, w tym cukry 104,66 g; Błonnik: 19,53 g Sól 6,16g  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2403 kcal; B: 116,95 g; T: 86,45 g, w tym Tł. nasycone: 32,43 g; W: 282,82 g, w tym cukry 102,86 g; Błonnik: 18,93 g Sól 6,22g



## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 10.03.25 r. (poniedziałek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Ogórek kiszony bez ksóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g (GLUTEN, SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN)</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (JAJA, GLUTEN)</li> <li>- Szywna szkolna 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek kiszony 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	- Mandarynka 130g	- Mandarynka 130g	Mus owocowy 100g	Pieczywo chrupkie pełnoziarniste 30g (GLUTEN)	Mus owocowy 100g	- Mandarynka 130g
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN)</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN)</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Mandarynka 130g</li> <li>- Gorzka czekolada 10g (MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pejszankaa 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO))</li> <li>- Filet drobiowy w sosie jogurtowo - ziołowym 160g (m. drobiowe, bulion, jogurt, przyprawy (MLEKO, SELER))</li> <li>- Makaron pełnoziarnisty 200g (GLUTEN)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>PODWIECZOREK</b>	Jogurt owocowy 150g MLEKO)	Jogurt owocowy 150g MLEKO)	Jogurt owocowy 150g MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g MLEKO)	Jogurt owocowy 150g MLEKO)
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Paprykarz rybny 100g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Paprykarz rybny 100g (filet mintaja, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenna) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 60g</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Paprykarz rybny 140g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<p>Kaloryczność dla diety ogólnej: 2402 kcal; B: 95,8 g; T: 88,81 g, w tym Tł. nasycone: 27,81 g; W: 304,50 g, w tym cukry 199,23g; Błonnik: 20,22 g, Sól: 6,45g</p> <p>Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2487 kcal; B: 96,92 g; T: 93,82 g, w tym Tł. nasycone: 27,66 g; W: 312,21 g, w tym cukry 178,62 g; Błonnik: 20,64 g, Sól: 6,45 Wymienniki węglowodanowe (WW): 29</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2446 kcal; B: 98,8 g; T: 92,13 g, w tym Tł. nasycone: 29,11 g; W: 307,27 g, w tym cukry 201,32g; Błonnik: 20,42 g, Sól: 6,35g</p> <p>Kaloryczność dla diety papkowatej: 2396 kcal; B: 96,78 g; T: 87,98 g, w tym Tł. nasycone: 28,21 g; W: 304,27 g, w tym cukry 200,12g; Błonnik: 19,66 g, Sól: 6,15g</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2305 kcal; B: 93,22 g; T: 84,43 g, w tym Tł. nasycone: 25,16 g; W: 304,7 g, w tym cukry 199,22g; Błonnik: 19,98 g, Sól: 6,28g</p> <p>Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2488 kcal; B: 100,03 g; T: 91,78g, w tym Tł. nasycone: 28,61 g; W: 303,40 g, w tym cukry 198,33g; Błonnik: 20,18 g, Sól: 6,45g</p>						

## Jadłospis szpital PIOTRKÓW 11.03.25 r. (wtorek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Pomidorki koktajlowe 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 300g(SELER)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 140g (ser twarogowy, koper, przyprawy, jogurt (MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
II ŚNIADANIE	Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g	Wafle ryżowe 30g	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	Sok marchwiowo – owocowy przecierany 200ml	Wafle ryżowe 30g Serek wiejski 150g (MLEKO)
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza pęczak 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna,, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna,, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna perłowa 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza pęczak 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Wafle ryżowe wielozłazmiste 30g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna,, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza pęczak 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Pulpety w lekkim sosie musztardowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy, musztarda (JAJA, MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Kasza pęczak 300g</li> <li>- Surówka z tartej marchewki 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
PODWIECZOREK	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO) Płatki migdałowe 10g	Budyń śmietankowy b/c półplłynny 200ml (MLEKO)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
KOLACJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons.)</li> <li>- lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ogórek 120 g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ogórek 120 g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 15g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka wiśniowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ogórek 120 g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2352 kcal; B: 99,77 g; T: 78,48 g, w tym Tł. nasycone: 26,61 g; W: 324,26 g, w tym cukry 171,30 g; Błonnik: 24,76 g, Sól: 5,75g

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2469 kcal; B: 103,46 g; T: 79,11 g, w tym Tł. nasycone: 26,77 g; W: 347,84 g, w tym cukry 171,30 g; Błonnik: 25,60 g, Sól: 5,75 Wymienniki węglowodanowe (WW): 32

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2489 kcal; B: 105,14 g; T: 74,57 g, w tym Tł. nasycone: 30,01 g; W: 364,38 g, w tym cukry 189,36 g; Błonnik: 18,09 g, Sól: 6,96

Kaloryczność dla diety papkowej: 2509 kcal; B: 106,14 g; T: 74,57 g, w tym Tł. nasycone: 28,01 g; W: 362,18 g, w tym cukry 189,36 g; Błonnik: 18,09 g, Sól: 6,96

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2387 kcal; B: 105,14 g; T: 69,37 g, w tym Tł. nasycone: 26,01 g; W: 364,38 g, w tym cukry 189,36 g; Błonnik: 18,09 g, Sól: 6,96

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2422 kcal; B: 105,77 g; T: 83,33 g, w tym Tł. nasycone: 28,40 g; W: 322,26 g, w tym cukry 169,30 g; Błonnik: 25,76 g, Sól: 5,75g