

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
plątki jęczmienne na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , masło 83% 15 g , ogórek konserwowy 50g 50 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	Zupa z soczewicą i ziemniakami. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 100g 100 g (2, 4), Marchewka z groszkiem 150g 150 g (1), ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2321.92 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 92.57 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; Witamina C: 183.71 mg; Żelazo: 12.03 mg; Cholesterol: 318.59 mg; Sól: 9.21 g; suma cukrów prostych: 57.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sacharoza: 30.08 g; Sód: 3680.25 mg;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
plątki jęczmienne na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa pomidorowa z zacierką 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), buraczki z jabłkiem 100g 100 g , ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2353.61 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 86.97 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; Witamina C: 206.52 mg; Żelazo: 15.29 mg; Cholesterol: 336.49 mg; Sól: 7.85 g; suma cukrów prostych: 67.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g; Sacharoza: 32.34 g; Sód: 3136.53 mg;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
plątki jęczmienne na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Herbata b/c 250 ml. 250 ml , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , <b>II Śniadanie:</b> kromka chleba razowego z wędliną 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60 g (1),	Zupa z soczewicą i ziemniakami. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), ziemniaki 200g 200 g , surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 100g 100 g (2, 4), kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , masło 55% 20 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Sałata 18 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2386.61 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 101.22 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; Witamina C: 249.71 mg; Żelazo: 15.07 mg; Cholesterol: 332.02 mg; Sól: 8.9 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.79 g; Sacharoza: 23.37 g; Sód: 3555.66 mg;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
plątki jęczmienne na mleku 300ml 300 ml (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Pomidor 100g 100 g ,	zupa pomidorowa z zacierką 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), ziemniaki 200g 200 g , buraczki z jabłkiem 100g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4), wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2427.58 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 88.99 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; Witamina C: 210.02 mg; Żelazo: 15.42 mg; Cholesterol: 344.49 mg; Sól: 8.01 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g; Sacharoza: 36.35 g; Sód: 3199.98 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-22		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3	
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Dżem 25g 25 g , Sałata 18 g ,	zupa pomidorowa z zacierką 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), buraczki z jabłkiem 100g 100 g , ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2065.94 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 52.32 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g; Witamina C: 203.27 mg; Żelazo: 14.34 mg; Cholesterol: 241.61 mg; Sól: 6.83 g; suma cukrów prostych: 78.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.5 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sacharoza: 38.28 g; Sód: 2734.47 mg;			
poniedziałek 2024-04-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL	
Kasza jaglana na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , masło 83% 15 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 350ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), ziemniaki 200g 200 g , buraczki z jabłkiem 100g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , masło roślinne 55% 20 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2429.08 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; Witamina C: 174.32 mg; Żelazo: 17.01 mg; Cholesterol: 319.14 mg; Sól: 6.24 g; suma cukrów prostych: 64.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; Sacharoza: 34.35 g; Sód: 2505.28 mg;			
poniedziałek 2024-04-22		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	
płatki jęczmieńne na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g ,	zupa pomidorowa z zacierką 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), ziemniaki 200g 200 g , buraczki z jabłkiem 100g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Sałata 18 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2226.54 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 288.09 g; Witamina C: 194.46 mg; Żelazo: 14.73 mg; Cholesterol: 336.49 mg; Sól: 7.81 g; suma cukrów prostych: 66.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sacharoza: 32.12 g; Sód: 3123.95 mg;			
poniedziałek 2024-04-22		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7	
płatki jęczmieńne na mleku 300ml 300 ml (4), pasta z warzyw i fileta drob. 80g 80 g (2, 4, 5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , Chleb razowy 90g 3kr 90 g (1), Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa pomidorowa z zacierką 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150 ml (1, 4), buraczki z jabłkiem 100g 100 g , ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	Sałatka z makaronem ryżowym, wędliną, pomidorami i zieleniną 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2268.23 kcal; Białko ogółem: 94.4 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; Witamina C: 206.52 mg; Żelazo: 16.67 mg; Cholesterol: 300.57 mg; Sól: 8.23 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g; Sacharoza: 33.2 g; Sód: 3285.8 mg;			

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>Oddział: psychiatria</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczerek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego, rzodkiewiki i szczypiorku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), chleb zwykły 2kr 70 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), masło 83% 15 g ,	Zupa fasolowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Leczo z kurczakiem 250g 250 g (1), ryż biały 200g 200 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z marchewki i jabłka 120g 120 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), masło rośl 55% 20 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1915.58 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 61.4 g; Węglowodany ogółem: 257.18 g; Witamina C: 176.56 mg; Żelazo: 12.09 mg; Cholesterol: 229.22 mg; Sól: 8.69 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sacharoza: 31.33 g; Sód: 3480.42 mg;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego i koperku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g , Sałata 18 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), Leczo z kurczakiem 250g 250 g (1), ryż biały 200g 200 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z marchewki i jabłka 120g 120 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1872.92 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 262.36 g; Witamina C: 188.75 mg; Żelazo: 10.05 mg; Cholesterol: 218.13 mg; Sól: 7.03 g; suma cukrów prostych: 63.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; Sacharoza: 30.55 g; Sód: 2811.53 mg;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego, rzodkiewiki i szczypiorku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), masło 83% 15 g , Sałata 18 g , <b>II Śniadanie:</b> bułka grahamka z szynką i ogórkiem świeżym 80 g ,	Zupa fasolowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Leczo z kurczakiem 250g 250 g (1), ryż brązowy 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z marchewki i jabłka 120g 120 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , Sałatka z rzodkiewki i sałaty 120g 120 g , Sałata 18 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), masło rośl 55% 20 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1854.43 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 63.08 g; Węglowodany ogółem: 245.55 g; Witamina C: 180.24 mg; Żelazo: 12.74 mg; Cholesterol: 244.57 mg; Sól: 9.41 g; suma cukrów prostych: 53.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; Sacharoza: 23.56 g; Sód: 3763.85 mg;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , Pasta z serka wiejskiego i koperku 80g 80 g (4), sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), Leczo z kurczakiem 250g 250 g (1), ryż biały 200g 200 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z marchewki i jabłka 120g 120 g ,	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , kefir 150ml 200 ml (4), <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2019.64 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 282.04 g; Witamina C: 186.41 mg; Żelazo: 10.38 mg; Cholesterol: 234.13 mg; Sól: 7.41 g; suma cukrów prostych: 71.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sacharoza: 30.73 g; Sód: 2961.21 mg;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		

### Jadłospisy dla oddziałów

Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego i koperku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15g 15 g , Sałata 18 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), gulasz warzywny 250g 250 g (1), makaron świderki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko pieczone 150g 120 g ,	szynka wileńska 60g /3pl 60 g , sałatka z buraczką, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , masło rośl 55% 20 g , <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1918.89 kcal; Białko ogółem: 82.46 g; Tłuszcz: 54.66 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; Witamina C: 116.43 mg; Żelazo: 10.35 mg; Cholesterol: 234.25 mg; Sól: 8.55 g; suma cukrów prostych: 65.7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; Sacharoza: 30.2 g; Sód: 3412.31 mg;</p>		
<p><b>wtorek 2024-04-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b></span></p>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), masło 83% 15 g , chleb bezglutenowy 3kr 90 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), sos szpinakowy z kurczakiem 200ml 150 ml (1), ryż biały 200g 200 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150 g (5),	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , sałatka z buraczką, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2092.45 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; Witamina C: 96.17 mg; Żelazo: 12.34 mg; Cholesterol: 255.72 mg; Sól: 6.29 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; Sacharoza: 29.73 g; Sód: 2517.33 mg;</p>		
<p><b>wtorek 2024-04-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4</b></span></p>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego i koperku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło 83% 15 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), sos szpinakowy z kurczakiem 200ml 150 ml (1), kisiel - kompot 250 250 ml , makaron penne 200g 200 g , surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150 g (5),	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z buraczką, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), Sałata 18 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło rośl 55% 20 g , Dżem 25g 25 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Wafelki bez polewy 20 g/ 1 szt. 20 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2031.75 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 298.4 g; Witamina C: 77.69 mg; Żelazo: 9.93 mg; Cholesterol: 257.86 mg; Sól: 7.86 g; suma cukrów prostych: 62.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Sacharoza: 31.25 g; Sód: 3145.05 mg;</p>		
<p><b>wtorek 2024-04-23</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7</b></span></p>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250 ml (4), Pasta z serka wiejskiego, rzodkiewiki i szczypiorku 80g 80 g (4), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30 g , sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), Chleb razowy 90g 3kr 90 g (1), Sałata 18 g ,	zupa koperkowa z ziem. 350ml 350 ml (1), Leczo z kurczakiem 250g 250 g (1), ryż biały 200g 200 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z marchewki i jabłka 120g 120 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z buraczką, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1852.02 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 45.66 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; Witamina C: 189.15 mg; Żelazo: 11.46 mg; Cholesterol: 183.38 mg; Sól: 7.34 g; suma cukrów prostych: 63.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sacharoza: 31.35 g; Sód: 2936.23 mg;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15g 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa brokułowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), Kapusta modra 150g 150 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kissiel - kompot 250 250 ml ,	Pasta z ciecierzycy 80g 80 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , ogórek konserwowy 50g 50 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2003.53 kcal; Białko ogółem: 61.62 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 257.46 g; Witamina C: 308.91 mg; Żelazo: 10.35 mg; Cholesterol: 233.79 mg; Sól: 6.48 g; suma cukrów prostych: 75.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sacharoza: 37.3 g; Sód: 2602.32 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15g 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa kartoflanka 350ml 350 ml , Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), kissiel - kompot 250 250 ml , marchew oprószana 150g 150 g (1),	pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2001.95 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 262.81 g; Witamina C: 226.08 mg; Żelazo: 10.18 mg; Cholesterol: 242.47 mg; Sól: 6.67 g; suma cukrów prostych: 69.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Sacharoza: 36.34 g; Sód: 2672.61 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , masło 83% 15g 15 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Ogórek kiszony 50g 50 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z papryki 100g 100 g , kromka chleba razowego z masłem 40 g (1),	zupa brokułowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), Kapusta modra 150g 150 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kissiel - kompot 250 250 ml ,	Pasta z ciecierzycy 80g 80 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), masło rośl 55% 20 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , Sałata 18 g , Pomidor 100g 100 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2230.91 kcal; Białko ogółem: 68.78 g; Tłuszcz: 106.67 g; Węglowodany ogółem: 261.74 g; Witamina C: 401.51 mg; Żelazo: 13.71 mg; Cholesterol: 245.89 mg; Sól: 7.16 g; suma cukrów prostych: 75.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.77 g; Błonnik pokarmowy: 41.14 g; Sacharoza: 31.19 g; Sód: 2872.44 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b></span>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa brokułowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), kissiel - kompot 250 250 ml , marchew oprószana 150g 150 g (1), Deser z kaszy manny z dżemem 250 ml (1, 4),	szynka konserwowa 60g- 3pl 45 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), Bułka wiejska 90g 90 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4), banan 150g 150 g , <b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki petitki 25 g/4 szt. 25 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2510.25 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 96.58 g; Węglowodany ogółem: 337.75 g; Witamina C: 223.74 mg; Żelazo: 9.92 mg; Cholesterol: 271.3 mg; Sól: 6.28 g; suma cukrów prostych: 111.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sacharoza: 49.71 g; Sód: 2518.28 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b></span>		

## Jadłospisy dla oddziałów

kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g ,	zupa kartoflanka 350ml 350 ml , Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), marchew oprószana 150g 150 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml ,	pastą z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , banan 150g 150 g , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2002.28 kcal; Białko ogółem: 62.3 g; Tłuszcz: 69.34 g; Węglowodany ogółem: 290.38 g; Witamina C: 214.08 mg; Żelazo: 10.23 mg; Cholesterol: 205.27 mg; Sól: 6.65 g; suma cukrów prostych: 92.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.49 g; Błonnik pokarmowy: 32 g; Sacharoza: 49.88 g; Sód: 2664.31 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), sałatka z ryżem, pomidorem i natką 80g 80 g (1, 2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , masło 83% 15g 15 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa brokułowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), marchew oprószana 150g 150 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml ,	Pasta z ciecierzycy 80g 80 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Wafle kukurydziane 10g/2szt. 10 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 56.11 g; Tłuszcz: 88.31 g; Węglowodany ogółem: 255.86 g; Witamina C: 232.71 mg; Żelazo: 11.08 mg; Cholesterol: 212.13 mg; Sól: 4.74 g; suma cukrów prostych: 68.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; Sacharoza: 33.48 g; Sód: 1909.81 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4</b>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), sałatka z ryżem, pomidorem i natką 80g 80 g (1, 2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15g 15 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , Pomidor 100g 100 g ,	zupa kartoflanka 350ml 350 ml , Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), marchew oprószana 150g 100 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml ,	pastą z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1954.96 kcal; Białko ogółem: 62.27 g; Tłuszcz: 81.61 g; Węglowodany ogółem: 249.64 g; Witamina C: 238.02 mg; Żelazo: 9.94 mg; Cholesterol: 231.59 mg; Sól: 7.19 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.9 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; Sacharoza: 32.62 g; Sód: 2885.09 mg;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7</b>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100 g (2, 4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60 g , Sałata 18 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa brokułowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Kaszotto z warzywami 350g 350 g (5), kisiel - kompot 250 250 ml , marchew oprószana 150g 150 g (1),	pastą z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , Chleb razowy 90g 3kr 90 g (1), masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1880.37 kcal; Białko ogółem: 63.13 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węglowodany ogółem: 254.21 g; Witamina C: 229.03 mg; Żelazo: 11.69 mg; Cholesterol: 194.98 mg; Sól: 6.6 g; suma cukrów prostych: 68.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.5 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Sacharoza: 32.11 g; Sód: 2639.14 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g ,	Zupa -kapuśniak ze słod.kapusty 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120 g (2), surówka z kapusty balej 150g 150 g , fasolka szparagowa zielona got. 150g 100 g (1), ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , Papryka świeża 60g 60 g , masło rośl 55% 20 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2182.15 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 293.41 g; Witamina C: 315.44 mg; Żelazo: 13.17 mg; Cholesterol: 319.37 mg; Sól: 8.49 g; suma cukrów prostych: 60.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g; Sacharoza: 22.51 g; Sód: 3405.56 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4),	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), ziemniaki 200g 200 g , marchew oprószana 150g 100 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1996.77 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 266.56 g; Witamina C: 154.43 mg; Żelazo: 10.43 mg; Cholesterol: 317.95 mg; Sól: 6.65 g; suma cukrów prostych: 49.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; Sacharoza: 21.51 g; Sód: 2658.29 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Pomidor 100g 100 g , Sałata 18 g , <b>II Śniadanie:</b> kromka chleba razowego z wędliną 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60 g (1),	Zupa -kapuśniak ze słod.kapusty 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120 g (2), ziemniaki 200g 200 g , surówka z kapusty balej 150g 150 g , kisiel - kompot 250 250 ml , fasolka szparagowa zielona got. 150g 100 g (1),	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), masło rośl 55% 20 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Papryka świeża 60g 60 g , <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2096.24 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 71 g; Węglowodany ogółem: 273.15 g; Witamina C: 315.64 mg; Żelazo: 13.98 mg; Cholesterol: 331.56 mg; Sól: 9.43 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.8 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; Sacharoza: 23.34 g; Sód: 3779.29 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b></span>		
szynka konserwowa 60g- 3pl 45 g , Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4), masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g , pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4),	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), Marchew oprószana 150g b/g 100 g (1), ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4), bukiet królewski 150g 150 g , Budyń 250g 250 ml (4),	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2446.63 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 349.03 g; Witamina C: 157.81 mg; Żelazo: 11.25 mg; Cholesterol: 348.67 mg; Sól: 8.11 g; suma cukrów prostych: 95.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; Sacharoza: 54.43 g; Sód: 3241.85 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b></span>		

## Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g ,	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), ziemniaki 200g 200 g , marchew oprószana 150g 100 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4), chałka 60g 70 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2219.17 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; Witamina C: 135.24 mg; Żelazo: 11.25 mg; Cholesterol: 291.23 mg; Sól: 7.67 g; suma cukrów prostych: 55.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; Sacharoza: 28.4 g; Sód: 3060.88 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4),	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Marchew oprószana 150g b/g 100 g (1), bukiet królewski 150g 150 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , chleb bezglutenowy 3kr 90 g , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2153.73 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 304.74 g; Witamina C: 152.12 mg; Żelazo: 13 mg; Cholesterol: 317.95 mg; Sól: 5.8 g; suma cukrów prostych: 51.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; Sacharoza: 23.4 g; Sód: 2324.65 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4</b>		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4),	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), ziemniaki 200g 200 g , marchew oprószana 150g 100 g (1), kisiel - kompot 250 250 ml , bukiet królewski 150g 150 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1996.77 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 266.56 g; Witamina C: 154.43 mg; Żelazo: 10.43 mg; Cholesterol: 317.95 mg; Sól: 6.65 g; suma cukrów prostych: 49.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; Sacharoza: 21.51 g; Sód: 2658.29 mg;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7</b>		
Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , Pomidor 100g 100 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g ,	Zupa ryżowa 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90 g (2), ziemniaki 200g 200 g , marchew oprószana 150g 100 g (1), bukiet królewski 150g 150 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , sałatka z makaronem, pomidorem i natką 80g 80 g (2, 4), Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1934.17 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 53.6 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; Witamina C: 154.43 mg; Żelazo: 10.67 mg; Cholesterol: 280.75 mg; Sól: 6.84 g; suma cukrów prostych: 49.7 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; Sacharoza: 21.71 g; Sód: 2731.34 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4, ), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5, ), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, ), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4, ), surówka z kapusty kiszzonej 100g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Kotlet rybny pieczony 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ, ),	szynka z indyka 30g/2pl 30 g , Sałatka z selerem konserwowym 100g 100 g (2, 4, ), Pomidor 100g 100 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1, ), <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2290.21 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 82.81 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Witamina C: 189.45 mg; Żelazo: 14.43 mg; Cholesterol: 361.38 mg; Sól: 7.88 g; suma cukrów prostych: 93.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g; Sacharoza: 52.78 g; Sód: 3139 mg;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4, ), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5, ), chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, ), pulpet z MORSZCZUKA 100g 120 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ, ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1, ), ziemniaki 200g 200 g , bukiet królewski 150g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	Sałatka z selerem konserwowym 100g 100 g (2, 4, ), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2318.64 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; Witamina C: 178.36 mg; Żelazo: 12.55 mg; Cholesterol: 395.49 mg; Sól: 7.61 g; suma cukrów prostych: 88.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; Sacharoza: 50.85 g; Sód: 3034.96 mg;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5, ), chleb razowy 60g 2 kr 45 g (1, ), masło 83% 15 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4, ), <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z rzodkiewki i natki pietruszki 70g 70 g , kefir 150ml 200 ml (4, ),	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, ), Kotlet rybny pieczony 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ, ), surówka z kapusty kiszzonej 100g 100 g , ziemniaki 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	Sałatka z selerem i szynką 100g 100 g (2, 4, ), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , masło rośl 55% 20 g , Pomidor 100g 100 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1, ), Herbata b/c 250 ml. 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2230.05 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 90.83 g; Węglowodany ogółem: 266.32 g; Witamina C: 183.1 mg; Żelazo: 14.67 mg; Cholesterol: 379.21 mg; Sól: 8.19 g; suma cukrów prostych: 65.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sacharoza: 28.39 g; Sód: 3279.02 mg;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b></span>		
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4, ), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5, ), Sałata 18 g ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, ), pulpet z MORSZCZUKA 100g 80 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ, ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1, ), ziemniaki 200g 200 g , bukiet królewski 150g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , kefir 150ml 200 ml (4, ),	Sałatka z selerem konserwowym 100g 100 g (2, 4, ), Deser z kaszy manny z dżemem 250 ml (1, 4, ), szynka z indyka 60g/3pl 60 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2588.02 kcal; Białko ogółem: 106.8 g; Tłuszcz: 92.7 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; Witamina C: 184.91 mg; Żelazo: 13.13 mg; Cholesterol: 408.23 mg; Sól: 8.25 g; suma cukrów prostych: 114.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sacharoza: 53.51 g; Sód: 3295.78 mg;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4, ), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5, ), chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , suchary 10g 10 g (1, 2, 4, SOJ, ), Sałata 18 g ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1, ), ziemniaki 200g 200 g , bukiet królewski 150g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , pulpet z MORSZCZUKA 100g 120 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ, ), Jabłko pieczone 150g 120 g ,	szynka z indyka 30g/2pl 30 g , Bułka pszenna 45g 45 g , chleb zwykły 2kr 70 g , banan 150g 120 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Soczek owocowy 200ml 200 ml ,

## Jadłospisy dla oddziałów

<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2058.6 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 48.52 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; Witamina C: 164.78 mg; Żelazo: 13.3 mg; Cholesterol: 291.72 mg; Sól: 7.27 g; suma cukrów prostych: 89.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; Sacharoza: 47.64 g; Sód: 2906.19 mg;</p>		
piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL
Kasza jaglana na mleku 300ml 300 ml (4,), pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , Sałata 18 g ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1,), ziemniaki 200g 200 g , surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 100 g (5,), pulpet z MORSZCZUKA 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ), kisiel - kompot 250 250 ml ,	Sałatka z selerem konserwowym 100g 100 g (2, 4,), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2443.82 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; Witamina C: 159.33 mg; Żelazo: 15.88 mg; Cholesterol: 373.16 mg; Sól: 6.39 g; suma cukrów prostych: 94.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sacharoza: 55.52 g; Sód: 2554.31 mg;</p>		
piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4,), kielbasa szynkowa wp. 3pl 60 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata 18 g ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1,), ziemniaki 200g 200 g , bukiet królewski 150g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml , pulpet z MORSZCZUKA 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ), Jabłko pieczone 150g 120 g ,	Sałatka z selerem konserwowym 100g 100 g (2, 4,), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2319.47 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 79.61 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; Witamina C: 178.81 mg; Żelazo: 12.5 mg; Cholesterol: 390.49 mg; Sól: 7.55 g; suma cukrów prostych: 99.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; Sacharoza: 53.8 g; Sód: 3016.3 mg;</p>		
piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
kasza manna na mleku 300ml 300 ml (1, 4,), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30 g , pasta z warzyw 80g 80 g (2, 4, 5), chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1,), Sałatka z fetą, sałatą i pomidorem 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa barszcz czerwony 350 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), pulpet z MORSZCZUKA 100g 100 g (1, 2, 4, 5, 12, SO2, SOJ), sos cytrynowy 100g 100 ml (1,), ziemniaki 200g 200 g , bukiet królewski 150g 100 g , kisiel - kompot 250 250 ml ,	Sałatka z selerem i szynką 100g 100 g (2, 4,), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2081.96 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; Witamina C: 180.25 mg; Żelazo: 13.01 mg; Cholesterol: 330.87 mg; Sól: 7.35 g; suma cukrów prostych: 87.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; Sacharoza: 49.33 g; Sód: 2934.88 mg;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), Sałatka z rzodkiewki i natki pietruszki 70g 70 g , ser żółty 2pl 30 g (4), Dżem 25g 25 g , Bułka pszenna 45g 45 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , rozspanka 6g 6 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (4, 5), Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Makaron spaghetti 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko 1szt 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , Pomidor 100g 100 g , masło rośl 55% 20 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), chleb zwykły 2kr 70 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2277.66 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 70.99 g; Węglowodany ogółem: 327.9 g; Witamina C: 95.8 mg; Żelazo: 11 mg; Cholesterol: 255.11 mg; Sól: 7.61 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; Sacharoza: 34.09 g; Sód: 3056.46 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), sałata masłowa z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), Dżem 25g 25 g , ser żółty 2pl 30 g (4), chleb zwykły 2kr 70 g , Bułka pszenna 45g 45 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa grysikowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Makaron spaghetti 200g 200 g , Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko pieczone 150g 120 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata lodowa 20g 20 ml , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2225.24 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 317.74 g; Witamina C: 104.43 mg; Żelazo: 10.91 mg; Cholesterol: 261.07 mg; Sól: 7.23 g; suma cukrów prostych: 71.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.5 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sacharoza: 31.67 g; Sód: 2889.25 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), Sałatka z rzodkiewki i natki pietruszki 70g 70 g , Ser topiony 33g 33 g (4), Bułka grahamka 65g 65 g , masło 83% 15 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , rozspanka 6g 6 g , <b>II Śniadanie:</b> kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 115 g (1, 2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350 ml (4, 5), makaron pełnoziarnisty 200g 200 g , Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko 1szt 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , masło rośl 55% 20 g , Pomidor 100g 100 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Herbata b/c 250 ml. 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 150ml 200 ml (4),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2524.85 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 100.72 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; Witamina C: 95.07 mg; Żelazo: 15.21 mg; Cholesterol: 916.68 mg; Sól: 10.89 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; Sacharoza: 18.86 g; Sód: 4366.03 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), sałata masłowa z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), Dżem 25g 25 g , ser żółty 2pl 30 g (4), chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml ,	zupa grysikowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Makaron spaghetti 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ), Deser z kaszy manny z dżemem 250 ml (1, 4),	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Sałata lodowa 20g 20 ml , Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2250.15 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 73.44 g; Węglowodany ogółem: 299.68 g; Witamina C: 97.13 mg; Żelazo: 10.02 mg; Cholesterol: 289.07 mg; Sól: 7.09 g; suma cukrów prostych: 79.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.47 g; Sacharoza: 32.06 g; Sód: 2836.19 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b></span>		

## Jadłospisy dla oddziałów

płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), Dżem 25g 25 g , serek wiejski 200g 200 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Bułka pszenna 45g 45 g , sałata masłowa z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , banan 150g 120 g ,	zupa grysikowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Makaron spaghetti 200g 200 g , Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, <b>5, 6, 12, SOJ</b> ), kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko pieczone 150g 120 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 60g/3pl 60 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2257.22 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; Witamina C: 91.97 mg; Żelazo: 11.27 mg; Cholesterol: 205.97 mg; Sól: 9.09 g; suma cukrów prostych: 97.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; Sacharoza: 45.12 g; Sód: 3628.42 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b></span>		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300 ml (4), sałata masłowa z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), Dżem 25g 25 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g ,	zupa grysikowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), kisiel - kompot 250 250 ml , ryż biały 100g 100 g (1), Jabłko 1szt 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb bezglutenowy 3kr 100 g , masło roślinne 55% 20 g , Sałata lodowa 20g 20 ml , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2046.54 kcal; Białko ogółem: 68.79 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; Witamina C: 105.72 mg; Żelazo: 11.42 mg; Cholesterol: 239.77 mg; Sól: 5.37 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; Sacharoza: 33.72 g; Sód: 2147.88 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), sałata masłowa z pomidorami w sosie vinegrette 100g 100 g (7), ser żółty 2pl 30 g (4), Dżem 25g 25 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 100 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Bułka pszenna 45g 45 g ,	zupa grysikowa 350 ml. 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Makaron spaghetti 200g 200 g , Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, <b>5, 6, 12, SOJ</b> ), kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko 1szt 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata lodowa 20g 20 ml , masło roślinne 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2232.24 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; Witamina C: 105.72 mg; Żelazo: 10.95 mg; Cholesterol: 261.07 mg; Sól: 7.23 g; suma cukrów prostych: 72.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.5 g; Błonnik pokarmowy: 22.8 g; Sacharoza: 31.99 g; Sód: 2889.53 mg;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7</b></span>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300 ml (1, 4), Sałatka z papryki 100g 100 g , ser żółty 2pl 30 g (4), Dżem 25g 25 g , Bułka pszenna 45g 45 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), roszponka 6g 6 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , twaróg 60g /2 plasttry 60 g (4),	Zupa -kapuśniak ze słod.kapusty 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Sos bolognes z mięsem z łopatki 150g 150 ml (1, 4, 5, 6, 12, <b>SOJ</b> ), Makaron spaghetti 200g 200 g , kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko 1szt 150 g ,	sałatka z ryżem, wędliną, pomidorami i natką 80g 80 g (1, 2, 4), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , Pomidor 100g 100 g , masło roślinne 55% 20 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), chleb zwykły 2kr 70 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty 3 szt 15 ml (1, 2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2334.07 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Witamina C: 204.82 mg; Żelazo: 12.85 mg; Cholesterol: 239.37 mg; Sól: 8.03 g; suma cukrów prostych: 80.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Sacharoza: 32.86 g; Sód: 3214.58 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: psychiatria		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Sałata 18 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Chleb razowy 1kr 30 g (1), Pomidor 100g 100 g ,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), surówka z kapusty białej 150g 150 g ,	Sałata z papryki 100g 100 g , chleb zwykły 2kr 70 g , masło rośl 55% 20 g , Sałata 18 g , szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1szt 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2242.97 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 92.02 g; Węglowodany ogółem: 257.2 g; Witamina C: 281.51 mg; Żelazo: 12.23 mg; Cholesterol: 397.8 mg; Sól: 8.36 g; suma cukrów prostych: 71.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Sacharoza: 32.62 g; Sód: 3351.7 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g ,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4), kisiel - kompot 250 250 ml , buraczki z jabłkiem 100g 100 g ,	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150g 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2296.39 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 91.28 g; Węglowodany ogółem: 265.87 g; Witamina C: 142.33 mg; Żelazo: 14.51 mg; Cholesterol: 406.53 mg; Sól: 9.42 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sacharoza: 45.54 g; Sód: 3764.69 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), Ogórek kiszony 50g 50 g , Sałata 18 g , Pomidor 100g 100 g , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z rzodkiewki i natki pietruszki 70g 70 g , kefir 150ml 200 ml (4),	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , surówka z kapusty białej 150g 150 g , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4),	Sałata z papryki 100g 100 g , szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , masło rośl 55% 20 g , Sałata 18 g , Herbata b/c 250 ml. 250 ml , chleb razowy 60g 2 kr 60 g (1), <b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe z ryżu brązowego 2szt 20 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2323.53 kcal; Białko ogółem: 110 g; Tłuszcz: 101.39 g; Węglowodany ogółem: 251.73 g; Witamina C: 276.67 mg; Żelazo: 13.76 mg; Cholesterol: 418.28 mg; Sól: 10 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.1 g; Sacharoza: 26.77 g; Sód: 4003.8 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b></span>		
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka z indyka 30g/2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g ,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , buraczki z jabłkiem 100g 100 g , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4),	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1szt 150 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2274.71 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 90.41 g; Węglowodany ogółem: 263.17 g; Witamina C: 140.49 mg; Żelazo: 14.35 mg; Cholesterol: 409.05 mg; Sól: 9.35 g; suma cukrów prostych: 78.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; Sacharoza: 45.11 g; Sód: 3736.47 mg;		
<b>niedziela 2024-04-28</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b></span>		
Kakao 250ml 250 ml (4), twaróg 60g /2 plasttry 60 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g ,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , Jabłko pieczone 150g 120 g , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4), buraczki z jabłkiem 100g 100 g ,	szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , Budyń 250g 250 ml (4), <b>Posiłek nocny:</b> Wafle kukurydziane 10g/2szt. 10 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2245.56 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 62.52 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; Witamina C: 123.94 mg; Żelazo: 12.66 mg; Cholesterol: 342.42 mg; Sól: 7.62 g; suma cukrów prostych: 110.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.4 g; Sacharoza: 70.26 g; Sód: 3042.45 mg;</p>		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		<b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 50 g , chleb bezglutenowy 3kr 90 g , Sałata 18 g ,	rosół z ryżem 350ml 350 ml (1, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , buraczki z jabłkiem 100g 100 g , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4),	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , chleb bezglutenowy 2 kr 70 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1szt 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2366.63 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 88.75 g; Węglowodany ogółem: 304.14 g; Witamina C: 140.5 mg; Żelazo: 16.43 mg; Cholesterol: 358.11 mg; Sól: 8.14 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g; Sacharoza: 47 g; Sód: 3258.74 mg;</p>		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		<b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4</b>
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z wędliny i serka topionego 80g 80 g (2, 4, 6, SO2, SOJ), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , masło 83% 15 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g ,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350 ml (1, 2, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), kisiel - kompot 250 250 ml , sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4), buraczki z jabłkiem 100g 100 g ,	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150g 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2296.39 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 91.28 g; Węglowodany ogółem: 265.87 g; Witamina C: 142.33 mg; Żelazo: 14.51 mg; Cholesterol: 406.53 mg; Sól: 9.42 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sacharoza: 45.54 g; Sód: 3764.69 mg;</p>		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		<b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7</b>
Kakao 250ml 250 ml (4), pasta z twarogu i zieleniny 80g 80 g (4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30 g , Pomidor 100g 50 g , chleb zwykły 3 kromki 90 g , Sałata 18 g ,	rosół z ryżem 350ml 350 ml (1, 5), Udko drob.duszone 100g 100 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200 g (4), sos koperkowy 100ml 100 ml (1, 4), kisiel - kompot 250 250 ml , buraczki z jabłkiem 100g 100 g ,	sałatka z buraczka, jabłka i kopru 120g 120 g (4, 7), szynka wileńska 30g / 2pl 30 g , chleb zwykły 2kr 70 g , Sałata 18 g , masło rośl 55% 20 g , Herbata z/c i cytryną 250ml 250 ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1szt 150 g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2021.33 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 266.93 g; Witamina C: 143.15 mg; Żelazo: 13.51 mg; Cholesterol: 287.85 mg; Sól: 8.76 g; suma cukrów prostych: 80.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; Sacharoza: 44.88 g; Sód: 3500.48 mg;</p>		